Исцели себя сам

Андрей ЛЕВШИНОВ
Валентина ТРАВИНКА

ИСПРАВЬ СУДЬБУ СВОЮ!



ПИТЕР

БЕСТСЕЛЛЕР



Дорогие мои читатели!

Я давно заметила, что на моих беседах зал будто замирает, и создается впечатление, что всего один человек сидит-слушает меня. Значит, мои дорогие, нужен вам мой голос. Первые кассеты прошли испытания в лаборатории при помощи приборов, но я решила сама удостовериться, каково воздействие голоса, что записан на кассете.

Мы сделали на пробу несколько сотен кассет, и отзывы были положительными. К моему якобы завораживающему голосу добавил один прекрасный человек еще энергию природного камня, отчего и боль можно снять при помощи кассетки, а если подержать ее на больном месте подольше, то и изъять эту боль, соединить биоцепочку, стало быть.

Родные мои, послушайте, а что если и вам полегчает от моих словечек, произнесенных вслух, да еще и под музыку?! Я буду очень рада.

Валентина Травинка

Исцели себя сам

СЕРИЯ

Человек способен изменить многое из начертанного на его ладонях...

Откройте эту книгу и убедитесь сами.

Вы сможете:

- *с легкостью разбираться в линиях судьбы*
- *подключаться к космическим ритмам, оздоравливающим тело и душу*
- *поближе познакомиться с Луной и звездами*
- *не ошибиться в выборе спутника жизни*

Андрей ЛЕВШИНОВ
Валентина ТРАВИНКА

ИСПРАВЬ СУДЬБУ СВОЮ!

ПИТЕР™
Санкт-Петербург
Москва · Харьков · Минск
1997

Андрей Левшинов
Валентина Травинка

ИСПРАВЬ СУДЬБУ СВОЮ!

Серия «Исцели себя сам»

Главный редактор	*В. Усманов*
Заведующий редакцией	*П. Алесов*
Литературный редактор	*З. Голубева*
Художественные редакторы	*П. Кудряшов, С. Лебедев*
Художники	*С. Корниенко, Л. Барсукова*
Корректор	*С. Минин*
Оригинал-макет подготовил	*А. Денисов*

Левшинов А., Травинка В.
Исправь судьбу свою!. — СПб: Питер Пресс, 1997. — 224 с. — (Серия «Исцели себя сам»).
ISBN 5-88782-014-4

Авторы этой книги хорошо знакомы тем, кто ценит мудрость народной медицины. Андрей Левшинов — биоэнерготерапевт, астролог, целитель, сумевший соединить опыт народного врачевательства с современными научными достижениями. Валентина Травинка — журналист, автор популярнейших книг «Разыщи в себе радость» и «Тропинка к здоровью». В своей совместной работе они предлагают читателю заглянуть внутрь себя, так как именно там кроются первопричины всех человеческих хворей.

В книге вы найдете простые и доступные рецепты, которые помогут вам восстановить в себе то равновесие, которое положено человеку как частице Вселенной. А молодые читатели ознакомятся с целым перечнем примет и методов, пользуясь которыми не ошибутся в выборе невесты (жениха).

ISBN 5-88782-014-4

Издательство «Питер-Пресс». 194044, С.-Петербург, Выборгская наб., 27.
Лицензия ЛР № 063798 от 26.12.94.
Подписано к печати 14.10.96. Формат $84\times108^1/_{32}$. Усл. п. л. 11,76.
Доп. тираж 100 000 экз. от 11.04.97 г.
Заказ № 623.
Отпечатано с готовых диапозитивов в типографии им. Володарского Лениздата.
191023, С.-Петербург, наб. р. Фонтанки, 57.

Посвящаю Ирине Вадимовне Липницкой
А. Левшинов

Солнечному зайчику — посвящаю
В. Травинка

ПРЕДИСЛОВИЕ

Вот и встретились мы с вами снова. Просто славно, что нам не хочется расставаться: ни вам со мною, ни мне с вами. Как я вам и обещала, встречаемся мы с вами в настоящий момент в книге, которую мы еще тогда стали писать-сочинять с одним замечательным целителем (в моей предыдущей книге о нем написана целая глава).

Для тех, кто не читал моих книг «Разыщи в себе радость» и «Тропинка к здоровью», повторю вкратце историю нашего знакомства с Андреем Алексеевичем Левшиновым.

Пришел он ко мне домой, чтобы дать как журналистке материал для газеты о том, когда и где начнутся его сеансы, чтобы позвать-пригласить на них людей. И вот сидит он и рассказывает, а я как заглянула в его голову (я умею делать это с тех пор как один волшебник мне третий глаз приоткрыл) — и поразилась!

Вижу, у него в голове целый сундук знаний. Приоткрыла я мысленным взором, что называется, тяжелую крышку — и обомлела... Ничего себе рецепты, прямо-таки сверкают как бриллианты, один другого дороже! Все, думаю, примусь-ка я его просить-уговаривать, чтобы достал он из того «сундука» побольше всякого удивительного и передал простому народу, нам с вами, стало быть, и незамедлительно.

Уговорила! Ради вас, как вы понимаете, мои милые, потому что как возьму один камушек-советик, так сразу и понимаю: он нам с вами весьма и весьма пригодится, потому что доступный вполне. Надо сказать, что я еще на сеансе-беседе установила, что все, о чем он со сцены говорит, настолько близко моему сердцу, что кажется, будто из него

и вышло. И мы принялись с ним за работу, за написание данного фолианта. Не думайте, что это давалось легко. Человек он малоразговорчивый, очень требовательный к каждому слову, и вообще, лишней фразы из него не вытянешь...

Но я нашла ключик, и дело довольно скоро пошло на лад, стал он с удивительной легкостью спускаться время от времени со своих научных высот на нашу землю, к нам с вами...

Таким образом, в данном обращении к вам мы вдвоем с Андреем Алексеевичем будем вести беседы, и вы очень скоро поймете, что от такого содружества именно вы и окажетесь в самом большом выигрыше и с удовольствием приметесь читать-перечитывать о том, что накопил Андрей Алексеевич, странствуя по городам и весям, по странам и континентам...

В. Травинка

ПОЧЕМУ Я ПРИШЕЛ К ВАМ

Меня привела к вам Валентина Михайловна Травинка.

То, чем я занимаюсь, — не просто народное целительство. Я стою на позициях холизма, то есть целостного подхода к жизненным явлениям, к научным фактам, к человеку, к природе, к космосу («холизм» — это греческий термин, от слова «хол», то есть целостное восприятие).

У меня было много учителей на Востоке (Индия, Китай, Тибет), в Северной Америке — шаманы. И в нашей стране, которую я объездил вдоль и поперек от Бреста до Сахалина, от Нарьян-Мара до Кушки. Везде я старался найти людей, которые смогли бы меня научить народным приемам целительства.

Есть такая поговорка: когда человек готов — к нему приходит учитель. И в тех поездках, которые я совершал по свету, все происходило именно так. Я знакомился с людьми, которые становились моими учителями, и каждая такая встреча была очень яркой, как вспышка. Этот огонь до сих пор горит во мне, — от одного костра, от другого, от тех людей, которые меня зажигали.

Знания, опыт переполняют меня. Но я еще нахожусь в пути, продолжаю учиться и совершенствоваться. И я знаю, что впереди меня ждет еще много важных встреч.

Из истории религии мы знаем, что Иисус Христос занимался предсказаниями и исцелял людей. Так что относиться к такого рода явлениям нужно с пониманием и не отрицать их.

Ведь чем больше появляется информации о целительстве (замечательные серии книг — «Исцели себя сам», «Целительные силы Малахова» и т. д), тем больше люди получают тепла. Но, к сожалению, многие из нас потеряли чутье, разучились чувствовать, ощущать тепло, которое идет от доброй информации, несущей подчас выздоровление в самих строках, помогающей понять суть проблемы, суть своего предназначения на Земле. И, пожалуй, только религия, вера человека, может привести его к этому. Я отношусь к религии (любой религии) очень позитивно, потому что пробуждение сердца — это главное.

Считаю, что человек может помочь себе сам, изнутри.

Я побывал в странах Латинской Америки, в Канаде, в странах Запада, где есть все обилие возможностей, которые, казалось бы, должны сделать эти нации очень здоровыми, но, увы, все интересы человека там обращены не к душе своей, не к духу, а к престижу, к положению в обществе, к обогащению...

Есть люди сильные, которые могут себе помочь, а есть такие (и их большинство), которым нужен толчок. Для этого и существуют книги, для этого и разрабатываются научные методики.

Но после того, как человек выбрался из «ямы», из болота, которое его засосало, ему надо идти на своих ногах, бросить костыль, не просить чьей-то помощи.

В книге, которую вы держите в руках, я хочу поделиться с вами тем опытом, который обрел в своих странствиях. Я расскажу о своих научных исследованиях, подскажу, как можно все повседневное, обычное обратить себе на пользу.

Человек (особенно живущий в большом городе) настолько отошел от естественности в своих поступках, в своем образе жизни, что все его действия, как это ни парадоксально звучит, укорачивают его век.

Как достичь того, чтобы все, что вы совершаете, продлевало ваши дни, укрепляло здоровье, делало сердце открытым, чтобы вы всегда были прекрасны, восторженны, влюблены в жизнь, — об этом и пойдет речь в книге.

А. Левшинов

Глава I

СОТРИ С ЛАДОНИ ЛИНИИ СВОИ...

Твоя судьба — в твоих руках, убеждены авторы, и человек в силах изменить кое-что (а иногда и самое главное) из начертанного на его ладонях. Они не согласны с мрачными постулатами кармы, поскольку человек создан по подобию Божьему и поселен на земле для счастья и радости, а не влачить жалкое существование, неся крест за чей-то, якобы совершенный тысячи лет назад грех. В главе говорится также о том, как относятся люди к астрологии в странах Запада и Востока, где не единожды побывал Андрей Левшинов.

Сотри с ладони линии свои
И нарисуй совсем-совсем иные,
Судьбу как птицу синюю лови
И будут у нее шаги совсем другие

В твоих руках твоя судьба,
Ты только не сдавайся перед нею,
Ей вовсе не нужна твоя мольба,
Ты разбуди волшебницу и фею

Она заснула крепким-крепким сном,
Ее заколдовал когда-то ангел гадкий,
Сожги-сожги его своим огнем,
Тогда всему разыщутся разгадки!

В. Травинка

Наверное, вам понравились эти оптимистические строфы... Конечно, не все так думают, как сказано в них. У других и сомнения-возражения возникли: мы, мол, ждем не дождемся, когда начнутся на страничках новые рецепты-советы по поправке нашего слабого здоровьишка, а жизнерадостная Травинка о морщинках-линиях на руках толкует, о синей птице из сказки беседу заводит...

Дорогие мои, сейчас мы с Андреем Алексеевичем развеем все ваши сомнения-недоумения. Во-первых, от судьбы пре-

спокойненько можно уйти, ежели она вам не особенно нравится...

Во-вторых, как раз Андрей Алексеевич обо всем мне и рассказал и так все занимательно про ладошку нашу расписал, что я тут же и стихи сочинила о ней. Мало того, припомнились мне некие весьма странные и непонятные обстоятельства, которые тут же (по ходу его рассказа) и прояснились (и с вами, уверена, произойдет то же самое!)...

Как только вы прочитаете про мои случаи, так и свои незамедлительно сумеете объяснить-понять, вооружившись познаниями, о которых мы вам вот-вот поведаем.

В-третьих, необходимо постичь те принципы, на которых основано любое дело. Не в свои сани не садись, говорили в старину. А причем тут сани, забеспокоились вы, да? Они между тем как раз кстати и даже весьма, поскольку, известно, в своей повозке всегда сподручнее, все знакомо. А вот ежели кто-то пустился в путь на чужой таратайке, то может ненароком и вывалиться при быстрой езде, коль скоро не умеет управлять судьбою, то бишь таратайкой... Ему, положим, полагалась одна скорость (по линиям-то), а он гонит «во всю ивановскую» и падает, бывает, посреди дороги...

Поразмыслите-ка сами, может ли быть хорошее состояние у человека, если он ходит на работу, как на каторгу, если ждет-не дождется, когда кончится его служба...

И снова припомним пословицу, которую мы вместе с вами немного переиначили: лишь при нашем здоровом духе благоденствует наше тело. Понятно, когда ни единая жилочка в нас не бьется (а разве может она ликовать, если мы сиднем сидим почти восемь часов ежедневно в ожидании окончания работы?), не может быть-становиться здоровым наше тело. Ни в коем случае!

Все в нем (в теле нашем, как и в душе) застывает-поникает, отчего и проникают в нас всякие разные хвори. А вот если бы вы поступили совсем на иную работу, узнав по руке (своей собственной!), что вы за человек, что вам годится в жизни, а куда вам не следует и нос совать (не про вас, выходит, та деятельность), так и настроение у вас было бы распрекрасное, и день бы ваш служебный летел вихрем...

Ну все, кончились уговоры! Вот и вы нетерпеливо пробегаете строчки, желая побыстрее добраться до тех, в которых будет рассказано, как поподробнее и вернее всего

разузнать в себе что-либо этакое, о чем вы и понятия никакого не имели, то есть познакомиться с собою лично, с домочадцами и друзьями не то чтобы поближе, но как бы и по-новой...

Люди часто поступают довольно странно. Вот идут по улице и видят красивую крышу на домике. Построю-ка и я такую, решают они. Тяп-ляп и готов домик, у которого крыша с козырьком (красотища, ни у кого такой и нет больше!). Но, увы, скоро хорошо не бывает, гласит поговорка. Фундамент оказался непрочным, они в спешке не подумали о нем серьезно, вот он и развалился сразу, как стали проводить первые строительные работы (назовем их ситуационными).

А если такое иносказание перенести на семейные неурядицы, то все один к одному и сойдется. Не просмотрели свои возможности, свой характер по пальчикам да буграм, что имеются у каждого на ладошке, вот и пошли проколы, ибо хотели соединить несоединимое, на основе красивых стройных ножек да высокого роста второго супруга фундамент вышеупомянутый выстроить...

Зыбкий он оказался, связки недоставало, вот он и стал расползаться по швам, как говорится... Одни переносят невзгоды в том очаге, о котором речь ведем, стойко, а иные, мужчины, некоторые, к примеру (у которых, как вы осведомлены, психика как паутиночка тонкая и к тому же ранимая...), к ларьку повадились...

Не печальтесь, друзья. Мы сейчас с вами примемся за такое интересное дело, что вы просто оторваться не сможете от страничек. И не только что-то будете запоминать, а сами будете участвовать в проведении исследований своей руки, а позднее и ладоней детей ваших, друзей и близких.

Оказывается, если заполучить-заиметь некоторые знания-умения, внимательно присмотреться к линиям, что «нарисованы» на нашей ладони еще до рождения, то вы сможете воспользоваться информацией о том, что было, а также довольно подробно выяснить, что вас (ваших домочадцев) ожидает в будущем...

И чудеса познания на сем не заканчиваются, потому что, имея столь достоверные данные о том, что ждет вас впереди, вы при очень сильном желании можете откорректировать в свою пользу кое-что из событий нежелательных, то есть сделать их намного лучше.

Посмотрите еще разок на эпиграф-стихи. Да, да, вы сами и сумеете нарисовать на той же самой ладошке иные линии, подтерев словно резиночкой, волей своей те, что были там ранее, при рождении. Так что тут и к бабке идти не стоит, мы и сами постараемся справиться с таким делом, коль скоро наша судьба в наших собственных руках. И право же, зачем поручать такое дело тете или дяде...

Итак, что же такое ладонь?

В ней многое сокрыто. И если кто-то думает, что руки человеку даны лишь для того, чтобы хватать-брать, даже не ласкать-гладить, то это весьма прискорбно. Что может она? Она способна лечить и калечить. Она может считывать информацию, потому что раньше, у древнего человека, в подушечках пальцев были глаза. Замечали, как читают слепые?

Потому и у детей можно при помощи определенной методики (упражнений) разработать сверхчувствительность: они смогут видеть буквы, цифры через стол кончиками пальцев (здесь именно и находятся рецепторы, нервные окончания, которые похожи на наши зрительные анализаторы: и если вспомнить анатомию, то из одних и тех же клеток состоят и глазные нервы, и подушечки на пальцах). А энергетика, что исходит из каждого из них? Она получше самого тонкого и острого скальпеля. Видели, как хилеры делают операции? Вот-вот, запросто разрезают ткани руками (энергетикой, стало быть, которая выходит из них).

Впрочем, мы еще поговорим, и довольно подробно, в чем нам помогут наши собственные ладошки совместно с пальчиками, от каких хвороб смогут они нас избавить. А сейчас коснемся поначалу сфер высших, небесных как бы, памятуя о том, что человек создан по подобию Божьему. И вы постигнете, о чем сумеет сообщить нам не только каждый палец на нашей руке, но и о том, что рассказывает каждый бугорок на ней.

Можно, скажем, узнать свой характер в самом первом приближении, не ошибиться в выборе профессии, именно такому характеру соответствующей, где будет чаще всего сопутствовать удача. То что геометрия руки (линий на ладони) связана с характером, отражает развитие человека,

что линии меняются в зависимости от перипетий жизни, от перемены занятий даже, все это доказано учеными-хирологами. Рисунок ладони — это как бы голограмма организма, нашей судьбы.

Потому, видно, оракулы, жрецы, шаманы, глядя на ручку новорожденного, могли предрекать судьбу ребенка... И это лишний раз доказывает рождение его провидением Господним. Как бы сам космос наносит скрижали на его дланях, чтобы подсказать человеческой маме, как направить малыша, по какому пути.

Как же страшно, что мы от всего отреклись, нам и знать все это запрещалось... Почему?! Чтобы перепутать карты? Чтобы человек подольше (а то и до конца дней...) блуждал и ошибался, делая неверные шаги, вместо того, чтобы сразу пойти по правильному, праведному, положенному Господом пути.

Значит, кому-то надо было, чтобы мы были стадом, не оставляющим ничего после себя, кроме навоза?! И только некоторые, нашедшие по наитию лучезарные пути, оставляют следы на Земле... Таких немного, потому они заметны и потому их легче столкнуть с планеты...

Только не печальтесь и не пугайтесь, что вас, мол, хотят завести невесть куда и без определенной цели. Отнюдь! *Читая последующие странички, вы придете* не в какую-то тьмутаракань, а... представьте, *к самим себе*. И причина похода самая что ни на есть прекрасная, *ибо такая прогулка очень многое поправит в вашей личной жизни, а также поможет вам вырастить детей, направить их сразу по менее ошибочному пути.*

Однако приступим к практике, чтобы насколько возможно приблизить достижения ученых к нашей с вами личной жизни.

Берете лист бумаги, карандаш и линейку (30 сантиметров, не более). Затем рисуете свою ладонь, для чего кладете ее (растопырив пальцы) на стол (на бумагу) и начинаете обводить все пальцы (запомните: мужчина очерчивает пальцы левой руки, а женщина — правой).

Все так и сделали? Прекрасно! Теперь при помощи линейки соединяете кончики мизинца и большого пальца. Затем с вершины среднего опускаете линию на уже полученную, отчего у вас получилась точка пересечения. Следующие

действия у нас такие. С самого кончика других пальцев ведете прямую в полученную вами точку пересечения, и вот, как вы видите, нарисовался некий веер (сверьте свои старания с рисунком. Похоже?).

Все, черчение на этом заканчивается. Внимательно рассмотрите то, что у вас вышло на листе, изучите, стало быть, сравните-ка линии между собою. Неодинаковые? Не можете на глаз определить? Попробуйте измерить линейкой. Найдите самую длинную, и к какому пальцу она направляется?

Пока вы более подробно сличаете ваш чертеж с тем, что имеется на рисунке, я поделюсь с вами своим опытом, то есть тем, что я сама о себе узнала, как приобщилась к той науке (хирологии), которую мы сейчас с вами вместе постигаем.

Мне и самой обо всем стало известно только тогда, когда мы повстречались с Андреем Алексеевичем, так что вместе и будем изучать хитрую науку и пользоваться плодами ее на благо свое.

Прочитаем сначала о моей истории, а вы позднее напишете свою, и о том, насколько оправдались ваши исследования. Пришлете на наше имя. Вот уж удивительный будет документ! Издадим коллективный труд в подтверждение того, что сам Господь (либо некто всемогущий и всевидящий из космоса) дает нам шанс, подсказывает некими знаками, как должен человек свои дни пройти-прожить, чтобы были они не слишком тяжкими, чтобы не сломили его дух, его волю, не утомили его тело язвами-болезнями.

Только вот существо, получившее разум, потеряло веру в Господа, забыло (или не знало?) деяния Его, неблагодарное и погрязшее в суете мелочных желаний и страстей, не слышит, не внемлет гласу, не видит предначертаний, с которыми приходит в этот мир...

Итак, о моей истории...

Моя мама была домохозяйкой и, конечно же, понятия не имела о тех линиях, что были нарисованы на ладони ее дочери. Она крайне удивилась бы, если бы ей сказали, как важно узнать, какой пальчик что обозначает. Одним словом, если бы она получила самые примитивные знания по упомянутой науке, то, безусловно, не принялась бы меня «запихивать» после окончания средней школы в медицинский институт. Ни в коем случае!

Но в связи с тем, что знать о себе какие-то подробности в те времена не только запрещалось предыдущими властны-

ми структурами, но и само по себе было далеко небезопасно, как многие помнят, то она и не осваивала ту науку, о которой мы ведем речь.

Итак, где тот самый бык, где его огромные рога, за которые мы все пытаемся ухватиться?! Как вы поняли, на рис. 1 нарисована именно моя ладонь, коль скоро обо мне идет речь. Нашли на ней самую длинную линию, которую я начертила? Точно, она идет от точки пересечения к кончику большого пальца.

Лучше поздно, чем никогда

Те, кто уже чуток натренировался, уразумел: учитывая ее доминирующее (главное) положение среди других, мой характер, суть моя, стало быть, схож с чертами *леопарда*. Всего скорее, вы уже все пальчики свои и названием наделили? Леопард я по природе своей.

Не надо, однако, обижаться, что имеются такие вот сравнения с особями, не наделенными разумом. Кстати сказать, как-то недавно попалась на глаза книжечка, в которой просто, без всяких обиняков, говорится, что у

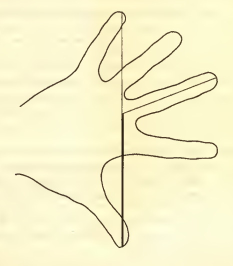


Рис. 1. «Леопард». Тест пяти зверей.

животных якобы тоже имеется душа, хотя они без разума вполне обходятся и, как известно, меньше ошибок по жизни делают, чем мы с вами (просто горе от ума!).

Все дело в том, что давным-давно такие вот сходства подмечены и потому признаны фактами...

Так что же это за люди с леопардовыми чертами? Как выяснилось и как подсказал нам Андрей Алексеевич, животное это быстрое, стремительное, с острой реакцией. А если еще немного углубиться в прочтение предначертаний, то мы узнаем, что у него много друзей, поскольку ему неплохо и с драконом, и с тигром он найдет общий язык, и с журавлем поладит (вы смотрите на рисунок?), да и змеи он не особенно боится, так как видит насквозь ее проделки хитроумные.

И почему он такой общительный? Как установила наука, такие люди чувствуют собеседника, способны понять, что же их тревожит-волнует... Но вернемся к Валентине Травинке.

Так вот, эта нежная (что по буграм моей ладошки можно понять), чуткая, быстрая на подъем девушка попадает внезапно... в анатомический музей и принимается за доскональное изучение мышц, костей и многочисленных бороздочек на них, и все это, как понятно, на человеке, который уже неживой...

Нет, она не боялась, ей просто невыносимо скучно сделалось на второй год обучения. Когда все изучали, сия бледнолицая студенточка стояла возле окна и смотрела в огромный сад, и ей казалось, слышала через толстые стены старого здания, как шелестят на ветру листья огромных дубов, будто переговариваясь о чем-то между собою...

И если мы подведем с вами итог сказанному, то он получится у нас не особенно веселый: собственная родительница перекосила судьбу своей дочери. А ежели кого заинтересовала моя несостоявшаяся во многом и главном стезя на земле, то могу продолжить (для того, значит, чтобы вы к своей пройденной дороге с вниманием отнеслись...): только к 57 годам, пройдя через тернии чужой судьбы, я нашла свою собственную. Однако не буду голословной, то есть приведу некоторые факты.

Ни с того ни с сего (с чего именно, то длинный разговор) расхрабрилась и принялась вести беседы, лекции, издала (за свой счет!) сборник стихов «Одежды белые любви», а позднее книги «Разыщи в себе радость» и «Тропинка к здоровью» (уже за счет издательства «Питер»), в данный

момент снова пишу-сочиняю... Бывает и почище кое-что: читали, небось, про бабушку, которая детей принялась рожать! Я-то хоть книги вынашиваю, такое куда ни шло...

Вот дописала строки о самой себе, и будто откровение пришло. А не оттого ли и хвори меня мучали-преследовали долгие годы, не давали покоя, укладывали на больничную койку, с которой я и встать была не в силах месяцами бывало?

Не по причине ли тоски, что приходила внезапно и не отпускала долго, развивались всяческие болячки в моем теле. Известно, плохое настроение (а каким оно может быть, ежели нет у человека любимого дела, от которого все в нем горит огнем и поет этак весело) вредит здоровью глобально...

А мне ведь и раньше казалось, словно и не я хожу по улицам, а кто-то другой... А это неведомо откуда взявшееся равнодушие ко всему на свете смолоду, с юности (взгляните на фотографию, что в сборнике стихов, там все на лице написано...), и прежде всего к себе самой?...

И неистребимое желание жить интересами, радостями и печалями книжных героев? За неимением своих, стало быть... Все реальное было мне чуждо, придуманное же давало возможность не совершать действий-поступков, дремать, жить в полусне...

Да, неудовлетворенность делом, которому служишь, в профессии, в работе, остужала душу, тяжко хворало и тело... А то, что произошло всего десять лет назад, поражает меня, я сама не могу объяснить того, что случилось, почему в 57 лет начался некий жизненный пик (как определила одна интеллигентная дама по руке)...

Выходит, всего лишь десять лет я живу на земле, как положено по Богу каждому: радостно, с весельем в сердце, восторженно, упиваясь, наслаждаясь белым светом, что заглядывает в окошко поутру, удивляясь малому, всему, что попадается на пути, влюбляясь в людей, в их познания и творчество, в их добрые помыслы...

Осталось совсем немного: чуть-чуть полюбить себя, чего-то пожелать персонально, стало быть... Восемь лет назад написала строчки: как хочется чего-то захотеть, забыться сном коротеньким, но светлым... Но, увы, к сожалению, и сегодня не могу изменить в них ни одной буковки...

Но печалиться не стоит, поскольку слезами горю не поможешь. Не все сразу... Быть может, однажды количество

радостей перейдет в качество, и тогда еще одна заповедь Господня станет присущей и мне: люби ближнего, как самого себя... Что? Ушло время, хотите вы сказать? Однако лучше поздно, чем никогда!

Ничего себе перекос получился, а? И дней отпущенных не хватит, чтобы выпрямить да выправить его... И все оттого, что живем мы не чувствуя законов природы, вопреки им, не ощущая себя частицей ее.

Таких историй хоть отбавляй, как моя.

Слышу-смотрю на экране: вот у этого человека талант к старости открылся, на гитаре стал, скажем, серьезно играть, а раньше и в руки инструмента не брал... Видно, посвободнее стал, — только, думаю, вовсе не от свободы такое, просто судьба свершается, хоть и с опозданием на полвека...

Мой родственник из соседней области лет сорок отработал на радио, потом отчего-то приуныл, пить горькую начал. И вдруг рисовать принялся. С детских лет ни карандаша, ни кисти в руки не брал, а тут...

Сначала стал разрисовывать дощечки, да так, что засмотришься, потом акварели пошли, а сейчас вся квартира заполнена картинами, выполненными в масле. А ему ведь за семьдесят! И пить перестал-завязал. Жена ворчит, мол, хватит малевать-то, пора посолиднее стать!

А он счастлив. Приезжает в гости, светится весело. На прошлой неделе сообщает: на выставку меня пригласили! На первую в жизни... Сколько же радости творчества, сколько душевного тепла, сколько удовольствия от любимого дела он недосчитался...

Скорее всего, по гороскопу ему отродясь такое было начертано, потому и держит он кисть в руке так свободно, словно и не расставался с нею ни на один час...

Да, на руке его тоже, видно, была та линия, что говорит о натуре творческой, о видении особенно обостренном, что не каждому дарится...

Никто не станет отрицать, что радость творчества чудесами полна. Стал он легок в походке, не кряхтит и на болячки не жалуется!

Прекрасные слова: лучше поздно, чем никогда!

А еще лучше, если заблаговременно, вовремя, стало быть, направить шаги, скажем, ребенка, пусть и вопреки родительскому авторитету.

Есть один примерчик. Он о том, как все славно складывается в судьбе, ежели кто-то вовремя вмешался, «подправил», не опоздал...

Расскажу о моей приятельнице. Зять ей попался замечательный. Наукою он столь своею увлечен, что даже разговаривая по телефону, все формулы вырисовывает, всю газетку испишет иногда.

Дочь тоже вся в математике, только о работе да о компьютерах и говорит. Конечно, прекрасно ладят, потому что чуть ли не при помощи формул общаются, ничего и не поймешь иной раз.

Но, как мы уже заметили с вами, природа, бывает, все карты путает, или, как сказано в святой книге: человек предполагает, а Бог располагает. Вы уже догадались, что предполагали муж и жена из этой прочной и дружной семьи? Конечно, от такого инженерно-математического союза должен получиться вундеркинд, который уже в три года начнет что-то изобретать и еще в колыбели постигнет все столбики таблицы умножения, просто напевать ее станет под мамину песенку...

Увы, напевать-то и точно Сереженька пристрастился с лет шести, мало того, вел мелодию идеально правильно с первого прослушивания, как говорится. Одним словом, к тому времени, когда ребенок должен был пойти в школу, родители были преисполнены отчаяния, ибо если что-то и научился считать малыш, то это такты в музыке, и не более.

— Чтобы мой сын был каким-то музыкантишкой?! — возмущался профессор, считавший, что нет ничего в мире прекраснее, чем формулы, в которых он видел не только буквы или цифры, а многое другое.

Его не радовали успехи сына в музыкальной школе, по окончании школы общеобразовательной он провел крупный разговор с наследником, но успеха не добился, потому как последний не представлял себе жизнь без нот, как его папа без формул, увлечение было одинаковым по силе и характеризовалось у того и другого одержимостью, так сказать, проявилась общая фамильная черта.

Пришлось вмешаться бабушке, которая душою давно увидела, куда идет дорожка ее внука.

— Не мешай сыну, — сказала она своему зятю. — Смирись! Ведь в вашем роду не было музыкантов, а теперь будет, притом известный, знаменитый.

И как в воду глядела: учится в консерватории Сережа, большую будущность прочат ему, он уже и свою музыку сочиняет. Сердце болит, как подумаешь о том, что же было бы, если бы победил родительский авторитет, если бы не прислушались к совету бабушки... Пошел бы юноша не по своей дороге, заблудился бы, а может быть и споткнулся, раз тропа незнакомая да еще и неинтересная... Пошел бы куролесить.

У самой бабушки на глазах такой сын спивается, компании завел, стыдно встретиться на улице, сказать ему «здравствуй». Страшно вспомнить о том, что он вытворял дома, убегать приходилось, по соседям скитаться... А если бы знать заранее, быть может и не случилось бы такого. Если бы гадалка на картах или бабка на воде или кто-то на кофе, а может и по руке, разыскал бы для него другие дорожки-тропки, притаившиеся в тех линиях, и при материнской помощи выведших ее любимца из черной беды...

Вот и вы, если повнимательнее приглядитесь, тоже заметите немало таких неудавшихся жизней... А сколько тех, у кого настроение на нуле, хотя, казалось бы, руки-ноги на месте, глаза видят. О телесном состоянии и спрашивать нечего, все у него разбалансировано, вот-вот вспыхнет самое худое, потому что духа не хватает, чтобы предотвратить его... А о радости творчества разве можно речь вести? Да тут ею и не пахнет...

Я снова упомянула эти слова — «радость творчества» — а кто-то возразить хочет, особенно из интеллигентных людей. Не раз приходилось слышать: есть, мол, еще и муки творчества... Нет, я не согласна с таким выражением. Как почитаете далее, у нашего журавля (соседа моего по первой парадной) десятки папок исписаны, а он все строчит и строчит, остановиться не может...

Да, одну неизбывную радость, выплескивающуюся из переполненной ею души, может приносить настоящее дело, которое ты любишь, которым заполняешь свою жизнь, без чего и помыслить не можешь свои дни, как только она пришла, охватила тебя целиком. Какие же могут тут быть мучения?

Мучается только тот, кто по строчке из себя выжимает, придумать ничего не может, слова разыскивает-подбирает... Так-так, появились уже и недовольные мною, у них уже имеется исторический факт. Вот, мол, должны бы знать,

Валентина Михайловна, величайший поэт (великой эпохи, стало быть) Владимир Маяковский писал, что не одну тонну словесной руды приходится ему пропустить, прежде чем выдать на-гора одну-единственную строфу...

А знаете ли вы, почему он так в поте лица и тела руду эту выкидывал, разыскивая строфы? Мне вот что пришло в голову по данному поводу. Он себе на сердце наступал, он душу свою выкручивал-насиловал, чтобы написать о тех, кто гнал в Сибирь лучших сынов российских, тех, кто мыслил по-своему.

А сам по себе он был тончайшим лириком, не мужчина, а «облако в штанах», потому только к 30-му году взял пистолет в руки... Не все готовы были перенести каторгу нецарскую...

Я вот невесть какая поэтесса, пишу как Бог на душу положит (по поговорке), а ведь читают люди, да еще и плачут, так им все близко оказалось. Говорят мне о том и пишут: ах, вы словно обо мне в своих строфах написали; ах, как грустно станет, так сразу книжечку вашу открываю со стихами, успокаиваюсь...

Только сейчас, через пять лет, я до конца поняла слова Сережи Тверденко (как сказала всемирно известная прорицательница Ванга, когда он вошел в ее дом: «Этот молодой человек к 33 годам станет таким же сильным целителем, каким был Христос») о моем стихотворном сборнике «Одежды белые любви»: как жаль что такой маленький тираж, всего 10 тысяч... Эта книжечка должна быть у каждого на столе.

И не сама «дошла»-додумалась, а вы мне подсказали-разъяснили, выходит. Поначалу мои слушатели начали сообщать невероятное (на мой взгляд): ой-ой, прочитал ваши стихи — и давление улучшилось, а всегда высокое; представляете, почитал своей жене вечером ваши строфы, так она за много лет впервые заснула и видела во сне детство свое, а она ведь у меня парализована...

Позднее и те, кто приобрел ее у меня, тоже такие отзывы стали давать, что я сама диву давалась: что это придумывают такое?...

И никакой тебе руды, ни одного килограмма не приходится перебирать-потеть. Они (стихи) прямо к изголовью по ночам приходят-прилетают, спать не дают-мешают, причем

так настырно, что вставать надо и записывать. Такое и до сих пор деется. Теперь я уже и не сопротивляюсь, встаю, сажусь за машинку и печатаю первую строфу, зная, что утром все остальные на память напишу.

Потому и льются они, что я наконец пошла по своей дороге, по судьбе, стало быть, ведь и появились-то они, когда пик начался, то есть поворот из глухой лесной тропинки, по которой я плутала так долго, на большую ровную дорогу, тогда и радость пришла.

Так что имеет смысл, дорогие мои, и немалый, лишний раз исследовать руку, с пальчиками побеседовать, может быть, и вам они подскажут, чего ждет ваше любимое чадо, которое вы так вкусно кормите, о котором вы так заботитесь, а оно вырастает чужим и непонятным, грубым и жестоким...

Сейчас таких людей сколько хочешь, кто сумеет составить гороскоп, о котором мы совсем скоро станем с вами беседовать... Вот скажем, наш собеседник...

Просто кожей чувствую, сердитесь вы на меня, что это, мол, Травинка снова в дали дальние заехала, неужели своих петербургских не может в пример привести, их вон в каждой семье по двое имеется, не сосчитать тех, кто из стороны в сторону шарахается, как слепой котенок, понять не может, где право, а где лево...

Есть, есть один примерчик, возле меня раз в неделю (либо в две недели) сидит слева за письменным столом, так что из дому не надо выходить. Такие встречи у нас бывают, когда мы с Андреем Алексеевичем вопросы по книжечке этой, бывает, решаем, дополнения-пояснения вносим, когда он внимательно следит, не слишком ли «завралась»-занеслась эта шустрая бабушка, не особенно ли далеко от его любимой науки и философии отдалилась и вас увела...

Своею судьбою он являет просто идеальный случай. Впрочем, все расскажу сначала. Ведь когда мы с ним встретились впервые, 10 лет назад, он не был гуманитарием или, скажем, медработником, а имел профессию инженерную.

Потом он сам понял, что не его это место в жизни, не то кто-то подсказал ему свыше (для таких людей, как он, земное начальство, должно быть, решающего значения не имеет), и он покинул пост, что называется. Снова всякие другие профессии приобретал, знания собирал, йогу и дру-

гие учения осваивал досконально, чтобы можно было и других поучить.

И вот несколько лет назад сам стал врачом и целителем — по наитию, внутреннему голосу направился именно по данному пути, то есть к вам, нуждающимся в помощи.

Творческое горение охватило его, и ни на что другое его просто не стало хватать, загружен по горло.

Но он не сетует, он доволен профессией целителя, и рад тому, что нужен людям. Он нашел то, что ему отроду было предначертано.

Правда, еще дед ему говорил: тебе дано от Бога много, но по-настоящему все придет позже, после трудов великих, и не думай, что будет легко. Да, легко не было, было бесконечно трудно.

Другой бы сдался, ведь молодой, красивый, девушки гурьбою бегают, выбирай любую, но он шел к своей цели. Да, усилием воли, энергосознания он преодолевал искусы, миновал легкие дорожки, которые часто пересекали его тернистый путь к самому себе, звали-манили...

Всякое бывает преодоление, но самое трудное, когда приходится лишать себя сиюминутных радостей, рассыпанных как горох повсюду, а ты идешь и отбрасываешь их... Зато еще несколько шагов-лет, и ты обретаешь настоящую радость, она становится счастьем и смыслом другой удивительной жизни...

Может быть, кто-то и терпение теряет: когда, мол, Травинка поведет нас вместе с Андреем Алексеевичем к снежным вершинам, то бишь чудным познаниям, дадут они нам целый перечень лекарств от огромного количества болезней, которые имеются у каждого и не в единственном числе. Вон Малахов написал три тома, просто дергаемся все, как бы их испытать-испробовать, как бы в точку попасть, чтобы для личной хвори не одно, а десять-двадцать примерно годилось... А тут о чьих-то судьбах приходится читать...

Дорогие друзья пациенты, поверните назад, не стремитесь найти целебное там, за поворотом, за рубежом ближним и дальним, не ищите обоснования своих недомоганий у дяди либо у тети, идите к самим себе. Исследуйте свои способности и свои возможности, заложенные в вас самим Господом. Как говорится: там хорошо, где нас нет. Вот уж мудро подмечено, ничего не скажешь.

Потому я так долго и занимала ваше время, чтобы вы как бы ненароком взглянули бы внутрь себя позорче, волю свою принялись бы тренировать, чтобы победить в себе страх перед совсем худым, чтобы зарядились весельем, от которого стало бы все в вас выправляться.

Итак... Наверное, вы успели все начертить и обозначить, нарисовать ладошки своих чад возлюбленных, посоветовали и друзьям то же сделать, чтобы и их не оставить без радости познания.

Поизучаем, поисследуем их длани и скрижали на оных, установим, как может сложиться судьба кое у кого из дорогих вашей душе, вовремя, быть может, предупредим об осложнениях, что ожидают их, но могут и не совершиться, если они не возгордятся, а прислушаются к вашему доброму совету.

Тигрятам с лебединой душою посвящаю эти абзацы...

Так... какой палец идет по очереди за большим? Указательный. Значит, родился в семье *тигренок*. По характеру властный, прямой, бесстрашный, готовый в борьбе добыть победу. Это будущий командир, а в мирной жизни человек опасной профессии — пожарник, спасатель. И, конечно же, честен и благороден.

— Беда с ним и только, — сетует бабушка. — Не остановить, так он и в речку полезет.

Не тратьте же свое сердце понапрасну, найдет брод малыш, сам выберется из воды, такой уж у него нрав. И не заставляйте его часами сидеть за роялем, не давите родительским авторитетом...

Не корите за то, что мало читает, успеется. Чувствуете, как ему хочется побежать на улицу, отпустите его. Посмотрев в окошко, вы увидите, как он сразу же помчался к соседскому мальчишке. Не спешите, не кричите в форточку, чтобы отошел.

Да, да, завалил в снег противника и валтузит его что есть силы. И картонку свою, на которой они скатывались с горушки, отнял (дружок-то ее отнес к себе домой), потому что его сегодня первая очередь.

Конечно, вы уже на улице и готовы наказать внука. Ни к чему это. Присмотритесь-ка, из-за чего ссора произошла.

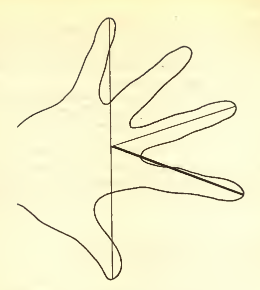


Рис. 2. «Тигр». Тест пяти зверей.

Весьма значительное откроете в своем самом дорогом мальчишке: справедливый он у вас, из-за угла никогда не ударит.

Да и прав он совершенно. Товарищ-то уговор нарушил, вне очереди прокатиться захотел, а это нечестно, считает и уверен ваш внук, поскольку уговор дороже денег (слышали такое выражение?). Да, вы такое знаете, а он, драчун ваш милый, чувствует нутром своим маленьким, но предельно тонким, незакомплексованным.

Не мешайте тигренку быть самим собой, просто не мешайте, ибо если вы не намотаете на ус такой вывод (не мешать), то в следующий раз дети станут выяснять отношения вдали от дома, от вашего строгого, но не особенно зоркого ока.

Некоторые из бабушек улыбаются, небось, с удовольствием теперь вспоминая, каким непоседой и воякой-драчуном был внук, а каким стал теперь, просто душа радуется... Что ж, давно замечено, из «хулиганов» часто вырастают настоящие люди, справедливые, боевые, горячие, способные преодолеть немало препятствий и прийти к цели. Вот смотрю иной раз на генерала Лебедя и радуюсь: пока такие мужчины

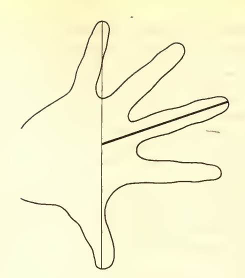


Рис. 3. «Дракон». Тест пяти зверей.

есть на Руси, ничего ей не страшно! А фамилию он получил, думается, за внутренние качества. Слушаешь его (в голосе нашем, в его вибрациях все отражается, что сокрыто) и словно по нотам читаешь исполненную красоты мелодию души, сильной и возвышенной...

Сейчас те, кто обнаружил самую длинную линию, бегущую к среднему пальцу, и прочитал, под каким названием он у нас на руке числится, пусть перестанет сомневаться и стенать о том, что их маленький *дракончик* не удался ростом и на вид весьма хил и неказист. Каких только сюрпризов не преподносит нам природа, каких загадок не задает!

Чего только не предлагает мамочка сыночку, а он от всего отворачивается, и вот ей уже кажется, что погибнет мальчик с голоду. Вы только посмотрите, какие у него тоненькие ножки-ручки, а бледненький какой... Кстати сказать, напрасно она такие заклинания кидает ему в головку, от них вреда намного больше, чем от потери аппетита. По ручке, которую мы сейчас стали исследовать, и обнаружилось, что предначертания у того, о ком волнуется-беспокоится родительница, великие. Сами понимаете, дракон. Ему все нипо-

чем, он кажется бесстрастным, таковым и является, поскольку осознание своей силы, непобедимости не дает возможности поселиться в сердце его каким-то сомнениям или, скажем, подлости и ловкости. К чему они нашему дракончику? Он справится с любым, кто придет на ринг померяться с ним.

В вашем малыше-былиночке, тихом и скромном с виду, имеется сильный дух, коль скоро вы линию такую обнаружили на его маленькой ладошке. Не будете же вы утверждать, что народная мудрость, основанная на вековых наблюдениях, а затем подхваченная наукою, дала сбой (мал золотник, да дорог...)

И чтобы вы поверили тому, почитайте об одном американском президенте, о Вудро Вильсоне: «Слабый здоровьем и не слишком крепкий духом, скорее даже робкий, замкнутый, послушный сын, совершенно не приспособленный к открытым столкновениям ни с каким противником» — так думали родители.

Казалось бы, сидеть бы ему в кабинете или в огромном зале национальной библиотеки, а то и в архивных комнатах, перебирать тонкими пальцами пожелтевшие страницы тяжелых томов... Но не тут-то было. Уже в юные годы он поражал весь семейный клан своими планами стать знаменитым политическим деятелем.

И стал, и добился! Тут сам навстречу бежит к нам вопрос: что же нарисовано было на его ладони? Мы этого не узнаем, но догадаться можем вполне. Конечно, именно к среднему пальцу шла превалирующая (доминантная) линия.

Ведь дракон, кроме всего прочего, еще и мудрый, провидец, если конкретнее выразиться. Он, скажем, не поддастся на сладкие уговоры змеи, ни-ни! Он ее просто терпеть не может, наступит и не обернется. Впрочем, ей тоже мудрости не занимать: сама с дороги юркнет, словно сквозь землю провалится. Недаром в Библии сказано: учитесь мудрости у змеи.

Вы уже и не заметили, как мы перешли к безымянному пальцу, длина которого указывает на черты характера, присущие данной особи из животного мира, *змее*.

Если встретится вашей дочери (она на выданье, допустим) молодой человек с таким пальцем, который подлиннее других (потому и линия такая получилась), то придется ей смириться с изменой в любви. Но не пугайте ее заранее, а

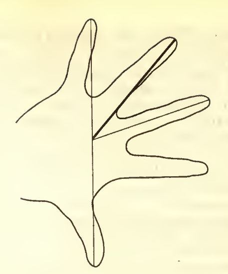


Рис. 4. «Змея». Тест пяти зверей.

подскажите: раз мудрые эти *змеи*, так не будет ее муж менять семью на каждую приглянувшуюся ему девушку. Походит, походит, и снова вернется к своему очагу.

У таких людей масса достоинств. Это вам не журавль, который мечтает о полете да о небе синем, но не умеет позаботиться о самом необходимом для семьи. Люди, у которых именно к безымянному пальцу направляется самая длинная линия из точки пересечения (вы, конечно, смотрите на чертеж, читая обо всем этом?), изворотливы, способны из множества вариантов выбрать наилучший, со знаком «плюс». В наше непростое время им просто цены нет!

Загадочные эти черные извивающиеся ленточки, увидев которые, вы вздрагиваете и чувствуете, как неясная тревога забегает в ваше сердце. Вам кажется, что она как-то особенно взглянула на вас, что-то будто хотела сказать-прошипеть, от чего-то уберечь или что-то непременно худое посулить...

Часто человек и из лесу уйдет, от греха подальше, как говорят. В некоторых местностях считается убить змею, значит не один грех снять. Пожалуй, больше всего легенд о ней сложено, а помните песню о девушке, которая подружи-

лась со змеей, полюбила ее, гладила-ласкала, жалела ее, потому что никто ее (змею, значит) не любит.

Как трагично кончается песня: укусила ее змея, и вот умирает девушка, а та шипит-говорит и не оправдывается, а утверждает как бы свою сущность. Ты же знала, что я предам, зачем же меня пригрела-приютила. Кстати, слышали такое выражение: на груди своей змею пригрела... А может быть, ее кто-то обидел-предал сто веков назад, вот она и ожесточилась и мстит за содеянное...

Ясное дело, в каждом из нас всякого зверя помаленьку имеется, но все же потому мы и разные, что есть главные черты, присущие не всем, а кому-то...

И сейчас мы познакомимся с созданием удивительным...

Да, вашему *журавлику* не особенно уютно на земле. Вы видели, как легки и прекрасны эти грациозные птицы в небесах и сколь неуклюжи они на земле. Я как-то под

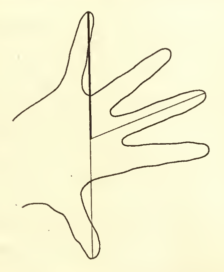


Рис. 5. «Журавль». Тест пяти зверей.

Киришами долго смотрела на журавлиную семью, что готовилась к дальнему перелету.

Они так неловко переставляли свои длиннющие ноги, что мне казалось, вот-вот они споткнутся, и развалятся на части хрупкие косточки, зато когда они взмыли ввысь, то взгляда не оторвать было от легких как планеры птиц.

Люди с журавлиной сутью не умеют решать деловые вопросы, их просто удручают любые неприятности, а если им не приготовить поесть, то их с голоду начнет шатать, хотя в доме еды предостаточно. Их несказанно пугают возникшие в семье проблемы, они не знают как приступить к решению их (в облаках витают, как о них говорят).

Они родились для творчества, для создания произведений, перед которыми преклоняются толпы. Близкие пытаются иной раз грубо снять их с облаков и послать незамедлительно за хлебом или вынести ведро с мусором. И напрасно стараются обжечь их презрением, им не суждено спуститься на землю сознательно, просто длинноногий флегматик (чаще всего они к тому же флегматики) заученно-механически побежит выполнять задание. Еще и улыбнется в ответ на вашу грубость. Этакие милашки...

Не корите их, не ругайте, берегите их, помогайте им, наслаждайтесь общением с ними, коль когда-то душа ваша выбрала их в свои спутники.

Сосед у меня такой, в последней парадной живет. Остановишься с ним на минуту поговорить, и словно бы теплом нежным охватит всю. Как-то поехали с ним на машине компанией посмотреть-разведать, поспели ли орехи, осталась ли малина-ягода после набегов деревенских мальчишек.

— Осторожно, не ломай ветки, — обращается он к сыну, который залез чуть ли не на вершину дерева.

Как-то приходит ко мне, рассказывает о своих изобретениях, в которых я ничего не смыслю. Глаза его просто светятся, он из неказистого, становится как в сказке чуть ли не прекрасным, так преображает его самого замыслы и прожекты. Да, непризнанный гений, в самом лучшем смысле, думаю я, и сердце щемит от жалости.

Можно бы посмотреть на его руку, удостовериться, но я и без чертежа вижу, как высоко летят его замыслы, как мечтает он преобразить мир, считает, что все, что он придумал, можно сконструировать и отдать людям.

— У меня полки до потолка заняты такими папками, — сообщает он доверительно и добавляет с грустью: — Жена грозится все выкинуть на помойку...

В следующую нашу встречу, когда он приходит, чтобы починить мои старинные настенные часы с боем, я узнаю, как не хотела его мама, чтобы он женился.

Он говорит, а я вспоминаю нашу короткую беседу с его сыном, который оскорбил его прилюдно. Повинись перед отцом, попроси у него прощения, сказала я тогда, хотя почти не знала этого человека.

Я понимала, что не сделает этого мальчик, не дано ему понять то, что на виду, казалось бы. Чужие они друг другу... Уверена, что вы вовсе не удивляетесь тому, что только что прочитали, и вы сочувствуете и переживаете оттого, что нет у этого журавля семьи, и только его способность летать-витать в облаках спасает его от необходимости «принимать» у ларька.

Разговор мы с вами завели очень полезный для жизни, для создания крепкого очага, стало быть. Потому мы и чертежики рисовали, допытывались у нашей ладошки: какие мы черты имеем, кого нам искать-подыскивать для совместного проживания, в котором было бы больше радостей, чем неурядиц и печалей.

Сдается мне, что наш милый собеседник Андрей Алексеевич просто заслушался-залюбовался журавлем, о котором мы с вами только что беседовали. Давайте спросим у него, кого он предложил бы в помощницы человеку, который, как журавль, на редкость красив в полете (творческой мысли).

И что же может предложить нам наука, которую познал Андрей Алексеевич в северных провинциях Китая? Давайте для всех попробуем сыскать пару, чтобы было наилучшее соприкосновение, совместимость, выходит.

Вот, скажем, леопард. Он не может дружить с тигром, ему нужен дракон, змея или журавль. А тигр (весь целеустремленный) плохо себя чувствует с драконом или леопардом. Почему? Да потому что он почти дракон (по силе), а леопард тоже не слишком слаб.

Дракон, известно, не жалует змей, слишком хитрая, вместо силы у нее всякие проделки в ход идут, коль скоро нет в ее природе именно силы. И потом по мудрости она почти дракон (как говорится два медведя в берлоге не

уживутся). А тигр наоборот, слишком сильный соперник, сам с усами, как говорится.

Если мы подведем некоторые итоги, то вот как дела складываются, если вы решили подобрать себе пару: выбирать в друзья и для семьи надо противоположных людей по характеру.

Однако если вы думаете, что тайны, которые сокрыты в нашей руке, уже исчерпаны, то глубоко ошибаетесь. Положите-ка на свой рисунок длань свою обратной стороною. Присмотритесь повнимательнее. Ничего не видите? Правильно, потому что ничего не знаете пока что. А как приобщитесь еще к одной особенности, то сразу разглядите.

Оказывается, как поведал мне Андрей Алексеевич, бугорки-неровности возле каждого пальчика нашего тоже располагают некоторыми сведениями о нас, о наших пристрастиях и привычках, одним словом, о нашем характере, с головой выдают нашу суть.

О чем «говорят» бугорки на ладони

Мы еще вернемся к тем, кто сел не в свои сани, и поговорим, что из этого получается. Сейчас же изучим свои бугорки, выведаем у них, кто же мы такие, не слишком ли мы много требуем и по кажущейся нам странной причине не получаем...

Итак, *бугорок возле большого пальца* весьма высокий. За примером я не побегу, поскольку именно таковой у меня самой в наличии. О чем он говорит? О нежности. Тут уж спорить не о чем и доказывать не надо никому. Прочитайте мою книжку «Разыщи в себе радость» — и все поймете!

Надеюсь, что вы на свой рисуночек перенесли бугорочки те, что повыше других. Так, так, вот у кого-то прямо маленькая *горка* имеется *возле указательного пальца*. Ведь это же знакомый нам тигренок. Ну тот самый, что расправлялся при помощи своих кулачков с тем, что поступил почти подло. Вспомнили? Конечно же, честный и прямой! Не побежал жаловаться к мамочке или бабушке, сам сказал: нечестно поступать нельзя! Прямо сказал, без обиняков.

А у кого там *основание среднего пальца* будто взбухло? Дракон! Тот самый, который вобрал в себя как бы черты всех остальных зверей. Этакий бугор говорит о бесстрашнос-



Рис. 6. Значение бугров на ладони.

ти. Дракону море по колено, он твердо стоит на земле. И мало того, что он бесстрашный, он еще и бесстрастный. Однако не подумайте плохого, что такой, мол, человек холодный как лед, с ним и не понежничаешь. Отнюдь. Черта сия удивительная, и вот что она обозначает. Такой человек не реагирует на какие-то отдельные жизненные ситуации, он видит жизнь целиком, правильно и зорко оценивая ее разнообразие и в то же время внутренним своим взглядом может правильно оценить жизнь, коллектив, людей, находя самое главное и существенное, отбрасывая мелочи, то, что мешает видеть.

Это очень важно, увидеть не только красоту, скажем, или только ум, а как бы сразу разглядеть, кто же по сути перед ним.

Приближаемся к *безымянному*, длина которого во все времена настораживала живущих на земле, поскольку, как вы уже читали, опасались таких людей, боялись, старались отойти в сторонку.

А между тем, как вы уже успели узнать о том, много очень даже положительных качеств имеется у таких людей. Вот и

по холмику, что особенно заметно развился как раз возле этого пальца, которому и имени не досталось, так вот люди от бугорка своего имеют нечто и совсем примечательное. Грациозность их характеризует.

Конечно, такого качества у змеи не отнимешь, ибо, не имея костей, запросто можно быть именно такою. Но как понимать это — в широком и более глубоком смысле, что говорят ученые, накопившие множество сведений?

Так вот, грациозность связывается со способностью человека перестроиться, гибко изменять свое поведение и свои воззрения. Это люди, которые легко могут менять-осваивать новые специальности, находить другую работу и при этом чувствовать себя вполне комфортно.

Переехать в другую страну тоже для таких людей ничего не стоит, никакой горечи расставания, никакой ностальгии по покинутой родине и друзьям.

Оторвались, стало быть, и все! Они в жизни умеют выбрать то, что принесет наибольшую пользу.

Вам понравились такие личности? Мне так не очень, скорее наоборот, потому что, сдается мне, многое они делают для себя за счет других.

Правда, кое-какие черты и нам с вами очень бы пригодились для жизни из тех, которые присущи этой черненькой и юркой. И тут наш ученый автор может кое-что подсказать нам дельное. Выходит, как подтверждают его научные изыскания, вполне можно кое-что «отщипнуть» и «пристегнуть» к своим чертам, а те, которые нам в нас не нравятся, и выбросить можно... Да, да, если человека не устраивают какие-то качества, или если ему совсем не нравится свой характер, можно изменить его!

А вы-то думали, чего это мы с Андреем Алексеевичем так долго с вашей ладошкой возимся, да? С дальним прицелом взялись мы с ним за такое важное для вашей жизни дело.

Давайте отправимся с вами за рубеж. Нет-нет, не насовсем. Андрей Алексеевич, постранствовав по белу свету, навидался всего и даже заключение составил о характере некоторых народов и народностей, представьте себе, исследуя пальчики. Так вот, он утверждает, что лучше нашей России ничего нет ни на одном континенте. А духовности, присущей нашим россиянам, вы там нигде не сыщете!

Итак, коснемся пальчиков и рук иноземцев.

Андрей Алексеевич приметил, что у детей Альбиона, англичан, которые на острове выстроили свое общество, очень короткий большой палец, ну просто как обрубок, и все тут! А у ирландцев, которые живут с ними бок о бок, очень длинный большой палец. Делая экспресс-анализы, он пришел к выводу, что все вполне сходится и с наукой и с теми знаками космоса, которые имеются в строении любой части тела и, конечно же, на ладони.

Именно ирландцы больше напоминают леопарда, а вот истинные англичане в большинстве своем относились к типу змеи, у них длинный безымянный палец, как правило. Кстати, длинным оказался у них и средний, что указывало на сильные черты характера, драконовы.

Между прочим, есть как бы национальные черты, что очень ясно высвечивается именно по длине пальцев. И точно, теперь, когда я узнала о таких возможностях определения характера, то как только войду в дом, сразу и начинаю у всех его обитателей руки рисовать-обводить. Хотелось мне коллекцию «зверей» собрать. Да не тут-то было! Россияне-то в основном леопарды.

Они открытые, они чувствуют другого человека, у них всегда друзей полным-полно, они, как правило, скоры на подъем, быстры и легки, так что все сходится.

Ну все, погуляли-побродили в чужих краях и хватит, возвращаемся восвояси. Тем более, что мы еще и бугорки не все прошли-изучили. Какой там у нас остался неосвоенный, неодоленный? Да, тот, что возле *журавлиного мизинчика* размещается. И о чем он говорит нам?

Так вот, если возникла-родилась этакая горка возле самого маленького пальчика нашего, то надо такому радоваться и всячески развивать ту горушку, ибо она указывает на способность такого «журавля» к комбинаторике, к глубокому анализу. Так что порадуемся вместе за этакого получившего немножечко ушлости и практичности обитателя небесных творческих сфер.

У каждого пальчика — своя стихия

Все, с бугорками тоже в первом приближении справились, примемся за *стихии*. Они тоже обозначены на нашей руке. Они-то и предупреждают нас, какой орган внутри нас

нуждается в помощи, а какой уже от роду сильный, так что просто беречь его надо, не утомлять всякими выдумками из листочка под названием «меню».

И тут у нас открываются самые широкие перспективы в смысле улучшения-оздоровления всяких частей тела. Но поначалу изучим вопрос.

Снова возьмите свой чертежик, взглянув на наш рисунок, надпишите поверх еще одни обозначения (по порядку). Металл (большой палец), огонь, земля, вода и дерево.

Начинаем осваивать. *Металл — это легкие и дыхательные пути*. Почему *металл* и *леопард*? Да потому что зверь легок, быстр как ветер, как дыхание. Так что, если вы настоящий леопард, без значительных примесей, стало быть, у вас-то никогда не заболят *легкие*. Конечно, если вы не станете дымить с утра до вечера.

И тут же я свой пример вставлю вне очереди: хотя у меня мама едва-едва не погибла от чахотки, несмотря на то, что на моих легких с самого раннего детства имеется погасшая каверна (золотуха такое дает), но как раз никогда мне данный орган не кидал болячек (тьфу-тьфу!).

Тигр — это *стихия огонь*. Помните, какие желтые у него глаза, аж светятся в ночи! Лапка-то у него ой-ой, так ударит, как огонь обожжет! Тяжеловесный товарищ, не лезьте с ним в драку, если чувствуете себя послабее. Тот же леопард старается в джунглях уступить ему дорогу: пусть, мол, идет-проходит... У такого человека сердце как молот стучит и вообще вся *сердечно-сосудистая система* в ажуре, как говорится.

А что касается *дракона*, который вобрал все черты в свой характер, так он и тут самый главный. У такого человека весь *пищеварительный тракт* очень сильный, работает как часы, недаром о некоторых людях (такого типа, вероятно) говорят: ему хоть гвозди подавай на обед, все перемелет!

Счастливые, никаких проблем с желудком, приемником энергии, который у каждого второго землянина в хандре, чем только не ублажают его люди, какие только щадящие диеты не придумывают, чтобы работу ему облегчить...

И снова *безымянный* наш дружок, который, как выяснилось, сообщает нам о том, что там поделывают, как поживают наши *почки*, сколько им водички требуется принять и какой, поскольку *стихия змеиного пальчика — вода*.

И еще она кое-чем заведует в нашем организме. Заинтересовались, небось? Ладно, не стоит вас долго мучить. У таких людей *половая система* очень сильная. Вот и попался, голубчик наш, великий комбинатор!

Остался неопознанным наш милый *журавлик*, чем же он силен? Кстати, даже очень значительным и преглавным. Его стихия — *дерево* (ствол и ветви, похоже? Да, на *печень и желчные протоки*). Так вот откуда флегма у них появляется, грусть-тоска одолевает их подчас. Значит пообщались с землею раз-другой, и все, ушибы получили. А если не мешать им летать-парить, так все будет у них хорошо и даже лучше.

Ну вот, бугорочки познали, дорогие наши читатели, можно немного и отдохнуть от трудов праведных. Все такое вам впервой, во всяком случае мне и некоторым из вас все такое внове, как-то сразу во все и не «врубишься», хотя, казалось, подкупающе просто. В общем, отдохнуть никогда не вредно, тем более когда предлагается не какой-то там сон успокоительный, а перемена декораций, то бишь самой темы.

Отдыхая, почитаем, что же происходит с тем человеком, который ошибался в своих качествах и возомнил невесть что о своих достоинствах либо возможностях.

Однако, если бы только сам человек ошибался в своих чертах, куда ни шло, хотя иногда он дорого платит за такое. Но куда опаснее, если кто-то другой не видит, что за человек перед ним, на что он способен, а уж, казалось бы, так отчетливо видны подробности во всем: и в лице, и во взгляде, и в движениях.

Будто кто-то отводит, затушевывает эти черты. И что примечательно: все видят, а тот, кому надо бы увидеть, чтобы не промахнуться, тот не замечает подвоха.

Снова о змее побеседуем. Со стороны видно, если кто-то и незнаком с такой особой, допустим, но они просто выпирают в облике так явственно, что и безымянный палец не надо трудиться измерять. Этакая пластичность, округлость, она (он) словно оплетает этак мягко собеседника, не успеешь оглянуться, как увязнешь по шею, вырваться не в силах.

Тут у меня есть что рассказать, сразу вспомнилось, как данные строчки написала, поняла откуда взялось это ощущение что рядом проползла змея...

Поначалу я услышала голос, и поразилась звучанию его (представьте, даже в голосе все такое отражалось!). Что-то нарочито, навязчиво ласковое, но не согретое внутренним теплом. Знаете, есть такая пословица: мягко стелет да жестко спать... (научитесь слушать голоса, они вас, как и ладонь ваша с бугорочками, не обманут, они вам и покажут где право, а где лево).

Помню, он будто уж проскользнул в мою подкорку и не хотел уходить, словно этакий знак опознавательный, чтобы я такой же сумела бы в дальнейшем распознать, почувствовать опасность заблаговременно, пока он меня не обманул своей приторной неестественной мягкостью. А мне тем не менее становилось от присутствия его в моем подсознании все более дискомфортно...

И вот встреча лицом к лицу с обладательницей его, того голоса. Я снова слышу его, всего несколько фраз, но тошнота подступает к горлу... Всего две-три минуты, но их вполне достаточно, чтобы появилось сильное ощущение кожей, да, именно покровом, что в дом вползла она, серая, с черными пятнышками на глянцевитой шкурке, как-то боком, полусогнувшись, бесшумно... Потом женщина окинула меня одним глазом и словно бы растворилась, уползла...

Я и понятия не имею, как расположены линии на ее руке, какой длины ее палец без имени и какой высоты бугорок возле него, но то, что мимолетная гостья по сути своей змея, и притом ядовитая, способная предать и смертельно ужалить, у меня сомнений не было и до сих пор нет. Я прочитала-поняла это именно по внешним признакам...

Однако мы немного отвлеклись, хотя и данный случай имеет прямое отношение к нашей теме, поскольку вы сначала поупражнялись с линеечкой в руках, веер из линий выстраивая, а позднее и чутье появится, наитие придет на помощь вам, и вы по внешнему виду сумеете определить, кто ваш друг, а от кого бежать пора.

Но, если учесть, что со стороны виднее, то сам-то человек свои свойства не умеет часто распознать. Как лечить себя самого труднее, чем другого, так и установить свою суть довольно сложно.

Потому-то и необходимо все о себе узнать по скрижалям, нанесенным природой (космосом), как мы уже установили: ладонь не соврет, не обманет, то бишь.

Ошибки в определении своих сил, способностей, возможностей происходят именно из-за незнания законов природы (к ним впрямую относятся линии и бугорки). Сбои довольно серьезные бывают, — считает Андрей Алексеевич.

Учитывая (по ладони) свои возможности, можно правильно выбрать спутника жизни, профессию и просто друзей. Вот, сравним. Ледокол может идти по льду океана, ломать, крушить лед, дойти до Северного полюса. А вот на рыбачьей лодке в эту снежную пустыню и соваться нечего, верно?

Поэтому, если ты рыбачья лодка, так пожалуйста подыщи отличный пруд и лови там рыбу, корми близких своих, питайся сам. Такому надо вдоль берега плавать, все! Рожденный ползать — летать не может.

Потому и надо и очень важно знать свои способности-свойства, а иначе шишек набьешь, но так ничего путного и не добьешься в жизни! Считаешь себя орлом (быть может, тебе с детства такое пророчили родители), а на самом деле ты змея. Ну а раз так, то тебе выгоднее идти другим путем по жизни. Да и не только выгоднее, но и намного легче станешь приобретать и духовные богатства и материальные в том числе.

И очень это неверно, когда мать желает из «тигра» сделать артиста, потому как все в роду у них люди сцены. И ничего не выйдет из такой материнской затеи, только будет искалечен ребенок. Вот он стал взрослым, окончил по совету родных театральный институт, в котором ему как будто нравилось учиться, а позднее стало как-то катастрофически не везти. Удивляется, сокрушается, а толку нет.

Вот я вчера записку получил на своем сеансе: мужчина три раза был женат, и все неудачно; сейчас четвертая супруга появилась в доме, и снова нелады.

И что тут посоветовать? Вижу, человек неплохой, почему же так не везет? Выходит, не в том месте ищет, но главное, видимо, человек и себя плохо знает. На красивую внешность ориентируется, а рассмотреть, что поглубже находится, не умеет.

Тут я могу поддержать своего коллегу. Есть у меня приятельница. Полон дом, отличная хозяйка, чистота, а вот с невестками хуже не бывает... Беда и только. Сын красивый, мягкий, добрейший мужчина, но увы...

Первую и вторую жену обеспечил всем, второй даже прекрасную квартиру оставил с мебелью. Третью привел к матери. В квартире сделал такой ремонт, не узнаешь помещения, поменял мебель...

А вот счастья как не было, так его и нет! Оказалось, молодуха-то запойная... Плачет-слезы льет моя приятельница, хоть из дому беги, когда бузит невестушка, приняв лишнего с подружками. Внучка больна...

Вот я пишу и думаю, прочитал бы молодой мужчина обо всем, что мы тут рассказываем с Андреем Алексеевичем, научился бы узнавать свою судьбу, так столько бы дров не наломал... Да, рушится судьба человеческая. И не одна. Тяжелая стезя начинается у малышки...

Сейчас опускаемся чуть пониже бугров и рассматриваем линии, которые до того казались многим из нас (и мне, конечно же!) некими морщинками. Оказывается, ничуть не бывало. Просто мы и не заметили, что они у нас с самой колыбели в наличии, что называется.

И кому бы в голову могло прийти, что извилистые, ветвистые будто, те линеечки то углубляются, то словно бы удлиняются либо укорачиваются, а некоторые и вовсе исчезают, «уходят» в небытие с нашей длани...

И вы, верно, не раз смеялись, видя, как цыганки руку рассматривают какой-нибудь простушки и всякие небылицы рассказывают про чужую жизнь...

Попробуем разобраться, что же нарисовано, что именно обозначает каждая бороздка на наших ладошках. Сначала изучим, а потом... *начнем стирать и подправлять*, стало быть, кое-какие из них. *Волею своею*, значит...

Впрочем, все по порядку, не надо спешить, все-таки задача ответственная, как вам кажется? Конечно, дело это непростое, даже сложное, можно сказать, но вполне выполнимое, небезнадежное, с ним могут вполне справиться некоторые из нас, как предполагает Андрей Алексеевич.

А меня так лично он и похвалил: подобно Валентину Дикулю и Валентина Травинка тоже вышла победительницей, преодолев огромную беду, заболевание, при котором тысячи других стали инвалидами до конца дней. И дело не в замечательном докторе, а в энергосознании. Именно оно, энергосознание, и разыскало в организме небывалые *резервы*, которые и справились с тяжкой хворью, *поменяли линии на ладони...*

Совсем не из хвастовства привела я слова нашего собеседника, а с тем, чтобы пояснее высветить ту дорожку, по которой мы могли бы сами направить свои шаги, и даже сообщила, чем именно можно воспользоваться, чтобы линеечки на своей ладошке изменить. Ведь резиночка-то была иносказанием, как вы догадались.

Есть в человеке собственное, Господом данное оружие — наше энергосознание. А если попроще, то сила воли, она-то и способна многое перестроить в судьбе, а то, что линеечки видоизменяются, так тут прямое следствие: чего им зазря нашу руку бороздить, коль скоро некие печальные события-то отвалили, можно сказать...

Как вы поняли, будем «стирать» плохое, не нужное нам в жизни, а хорошее, светлое оставим и еще прибавим, стало быть, симпатичненьких линеечек. Да, да, все возможно, друзья! Представляете, Валентин Дикуль сломал позвоночник, обречен был, но так страстно хотел жить и заниматься своим любимым делом, что всю свою подкорку поставил на ноги, заставил ее трудиться для оздоровления тела, и пожалуйста, вышел на новую стезю, просто воскрес как бы.

Не только стал работать, но теперь демонстрирует чудеса силы, воли к жизни, стало быть: поднимает на своей переломанной спине... легковые автомобили. Андрей Алексеевич и сам это видел в цирке, а может быть, многие из вас долго рот не могли закрыть, наблюдая, как работает Дикуль.

Сдается мне, что мы с собеседником настроили вас на боевой лад, и вы теперь тоже станете тренировать свою волю, вовсю тренировать свое энергосознание, чтобы оно стало еще более сознательным, чем было до сих пор.

Вот просмотрела я строчки, которые только что написались, и такая мысль меня захватила: а не подключить ли мне то самое энергосознание, чтобы стать более храброй?! А почему бы и нет? Вот всмотрелась я более пристально в место, где должен находиться бугорок у основания среднего пальца...

И что же я обнаружила? Не было его там, хуже того, вместо возвышенности, имелась там яма не яма, но что-то вроде небольшого ущелья... Вот тебе и раз! И как вы думаете, о чем же оповещает данная впадина в основании пальца по имени дракон? Зверь-то бесстрашный, ему море по колено, если вы помните из описания предыдущего...

И сразу же, по ассоциации и аналогии, возникли некие подробности из личных перипетий. И что же там должно образоваться, подумалось мне, ежели я почти всю свою сознательную жизнь, как говорится, только и делала, что сбегала на обочину, а то и в придорожную канаву, чтобы пропустить кого-то, кто этак бодро шагал вперед, размахивая руками (как вы можете понять, то шествовали драконообразные люди)...

Одним словом, давайте вместе работать, каждый над своими персональными недостатками, которые хотелось бы превратить если не в достоинства, то в нечто полезное для жизни и для здоровья. Сами понимаете, не особенно-то уютно на обочине прятаться, когда другие достигают чего-то значительного в жизни...

Тут хотелось бы один совет вам дать. Себе тоже он просто необходим. Как начнете работу с энергосознанием, то прежде всего каждый вечер и утром раненько, пока еще вы не проснулись либо еще не заснули, проговаривайте про себя или вслух: все у меня славненько, все у меня замечательно и будет еще лучше.

Это для того, чтобы отогнать всякие печальные мысли. Такое очень даже делу поможет. Вот недавно пришла ко мне давняя знакомая, не встречались с полгода, а то и больше. За это время она, как выяснилось, столько всяких курсов прошла, очищение йоговское освоила. Стала выяснять, есть ли у меня что-то в середине головы, чтобы запросто с космосом переговариваться, всякую информацию оттуда получать по самым разным, частным даже, вопросам...

Оказалось, есть у меня такое место! А я и понятия не имела не только об этом, но и обо всяких там диалогах. Вообще, чем меньше о себе знаешь, тем лучше, спокойнее как-то, правда?

Так вот, невзирая на такие глобальные познания, у нее имеются проблемы. Посмотрела она на себя в зеркало и грустно так спрашивает меня:

— Как избавиться от морщин и перестать так быстро стареть?

А я ей ответила:

— Не надо думать о старости каждый день, рассматривать себя в зеркало.

Вот не раз слышала от тех, кто жутко переживает о том же, что и моя гостья: ой-ой-ой, нельзя смеяться, морщины

от того появляются, ой, не в ту сторону вы нам советуете руками двигать, когда о массаже рассказываете. А ведь умные люди заметили: час смеха равняется килограмму здоровья! И точно, все дело в вашем радужном настрое, в уверенности в себе, в том, что каждый день непременно принесет радость.

Да, мы немного отвлеклись от занятий, но все к слову. Да, самостоятельные занятия необходимы, просто не надо суетиться, пытаться объять необъятное. Не все так вот сходу сумеют включить свое энергосознание, нужна подсказка-помощь, поэтому-то и полезно поискать такого руководителя, специалиста, которому стоит только чуть-чуть подтолкнуть, направить вас к самим себе, и все... А у нас с вами уже и имеется таковой (руководитель). Конечно, гид наш Андрей Алексеевич, с которым мы и...

Попробуем «стереть» линии на ладони

Есть такая *линия на ладони*, она самая главная, и имя ее — *Любовь*. Ее можно сравнить со светом, который есть в здании. Если дом словно подслеповатый, нигде не видать огоньков, его обходят стороной. Словно поезд, который движется в ночи без прожектора, освещающего путь... Значит, жизнь ваша лишена эмоций, не к чему стремиться, и вы не уверены в завтрашнем дне.

И если специалист станет разглядывать вашу ладонь, он все на ней увидит. И этот поезд, и то, что идет он вслепую, потому что погашены огни. Он-то вам и скажет, что отчаиваться не стоит — многое, а то и все, можно поправить. Да, надо узнать о предстоящих несчастьях, страданиях, чтобы вам непременно самим захотелось преодолеть их.

А дальше станет происходить чудо, и вы будете «делать» его собственными руками! Своим творческим отношением к жизни вы включите некие резервные аккумуляторы в своем поезде (в поезде жизни), отремонтируете мощный прожектор, который станет освещать путь.

Тогда вы сами увидите препятствие, своей волей повернете состав на ближайшие стрелки и объедете его (препятствие). Мало того, включением своей воли (энергосознания, стало быть) вы можете построить новые, свои собственные

рельсы и притом на хорошем месте. Выберете сухой участок твердой почвы, заложите прочное основание (теперь оно уже не на болоте зыбком будет располагаться, отчего и шпалы на предыдущем вашем пути скособочились, и по причине чего вы чуть-чуть до крушения себя не довели)...

И останется всего немного: только кинуть звено, уложить новые шпалы, накрепко прибить к ним рельсы, все проверить еще раз и запустить свой поезд! И помчится он по обретенному, самими вами построенному пути, на котором замелькают остановки с прекрасными названиями «счастье», «удовлетворение пройденными дорогами», вы получите удовлетворение от того, что теперь вместе с вами пойдут другие...

Только от одной мысли о том, что вы им помогли, вы их позвали, *многое станет изменяться в вас, отступят беды*, которые еще совсем недавно преследовали вас на каждом шагу, утихнут, а затем и вовсе оставят вас в покое болезни.

И что самое удивительное, станет меняться рисунок линий на ладони, станет более глубокой и заметной линия любви, которая начинается между указательным и средним пальцем и направляется к ребру ладони, даже заходит за него, под мизинцем. И это уже замечено, это уже доказано!

Каково?! Я, конечно, тут же стала с пристрастием рассматривать такую линию на своей ладони. И тут же побежали мои мысли назад, проверку захотелось произвести. Как говорится: доверяй, но проверяй. Хотя я с величайшим уважением отношусь к Андрею Алексеевичу, но так мне захотелось на личном примере, на своей ладошке, доказательства его исследований обнаружить.

Из-за своей болезни, которую волшебница наша российская Федора Даниловна Конюхова назвала смертельной, почему и начала кидать мне свою дивной силы энергетику, чтобы гематому на мозге погасить, пришлось мне не раз с такими вот специалистами встречаться.

Конечно же, энергетика та усилила мое энергосознание, недаром я так весело переносила все беды.

Если бы я раньше знала о таком, то «фотографировала»-срисовывала бы карту своей жизни на ладони время от времени. Хотя могу сообщить вам, что доказательства все же имеются, хотя рисунков и нет. А подтверждения тому, что линии видоизменялись, вот какие. Лет пять назад болгарская

целительница, которой я принесла соль на сцену, взглянув мельком на меня, сказала: вы абсолютно здоровы, давайте я заряжу соль на счастье. И что же?! Счастье поселилось во мне так прочно, что все диву даются: почему бабушка постоянно смеется-радуется? От счастья, стало быть! Я думаю, что чудесница Моморa Пончева сразу рассмотрела бы на руке печальные линии, так ведь? Если бы они там были...

А незадолго до этого разговора одна женщина (между прочим, преподаватель английского в высшем военном училище в Москве), рассматривая мою ладошку, установила, что беда меня поджидает только за буйком, за который я как раз и люблю заплывать в море.

Она многое еще говорила, в частности, определила, что в 57 лет начался у меня «пик» жизненный. Так оно и было.

А про позвоночник, про ту кроватку и тот корсет, которые прогнозировали постоянно эскулапы в моем самом скором будущем, — ни-ни! Выходит, никаких таких хворей уже и не имелось в наличии, коли они не отражались в вышеупомянутых линиях... Ничего себе!

Тут только один вопросик мне хочется задать нашему собеседнику: до каких пор может человек так вот запросто, при помощи своей воли менять судьбоносные линеечки на длани своей? Я думаю, что и вам небезынтересно узнать о том же, правда?

Я, надо заметить, неспроста слегка приуныла. Интеллигентка-москвичка высчитала в какой-то части чертежика (что имеется на моей руке), что в возрасте 74 лет я сильно и внезапно заболею, но потом все же «воскресну» и буду после того жить долго-долго.

Сама я не боюсь перехода в мир иной, но друзей жаль, станут горевать... Как же все-таки избежать неприятности, упомянутой выше, раз уж я все равно выберусь, как говорят линеечки?..

Что же ответил мне Андрей Алексеевич? Опытный специалист, хиролог, глядя на мою ладонь, сказал:

— Да, было предопределено несчастье, но вы своей волей, своим отношением к жизни, преодолели его, и теперь перед вами открываются совсем другие горизонты, светлые и радужные.

Вот вы и мчитесь в своем поезде навстречу солнцу, навстречу светлой жизни, и она приветствует вас. И смотря

из окон весело бегущего по рельсам состава на природу, на людей, вы и испытываете радость от того, что сзади за вами уже идут другие поезда. Приезжая на остановки (давайте назовем именно так ваши беседы-лекции), вы дарите людям радость, даете людям веру...

И они, глядя на ваш поезд, в котором все в порядке, начинают верить в то, что и они могут починить свои колеса, построить свои рельсы. *И в этом, наверное, самое главное значение науки о ладони. Любой человек может переменить в лучшую сторону свою жизнь.* Вот и книгу вы свою назвали «Разыщи в себе радость». Название отражает состояние вашей души, которая сама обрела радость...»

Ответ, можно сказать, исчерпывающий. Значит, «проехало», выходит... Энергосознание стерло предстоящую мне в 74 года катастрофу. Теперь же главное — не думать о ней, не накликать на свою голову, как принято было говорить в старое время. Правильно?

Теперь же, когда мы успешно освоили науку хирологию и можем запросто каждому подсказать, куда он должен двигаться дальше, поскольку на руке его пути все до единого начертаны, необходимо подключить свое энергосознание, которое поведет по наилучшей из дорог.

Через некоторое время взглянете на ладошку того, кому вы совет дали, а там уже совсем-совсем другое, согласно образу жизни, который он вел не так как прежде.

Итак, все, заканчиваем на время свои познания, которые мы изучили в условиях Земли, и двинемся витать над нею, стало быть, в облаках...

Там, за облаками...

А зачем нам это небо, спросите вы, у нас, мол, и на земле забот невпроворот, а проблем и того больше. Годами, десятилетиями стараемся их поубавить, но, увы не выходит. Еще гуще лес, как говорится.

И все-таки, давайте туда с вами прогуляемся, друзья мои. Вреда от такого полета ничуть не будет, а вот пользы можно ожидать и даже дождаться в конце-концов. Неужели вы думаете, древние от нечего делать часами глядели на небо, наблюдали за жизнью светил? Ведь они и книг понаписали

множество о том, и всех во все века приучали считаться со знаками космоса...

Почему же? Очень даже понятно. Начнут люди почаще поглядывать на небо (а не только тогда, когда гром грянет), станут, научившись, кое-что и сами определять, и дни свои как бы сверять с движением светил в галактике, а в конце концов поймут и сердцем своим, что они — тоже частицы Вселенной. Захотят шагать с нею в ногу, то есть в том же ритме жить, отчего здоровье их станет поправляться не по дням, а по часам...

Поначалу почитаем-ка мы о том, как на других континентах относятся к астрологии, к умению некоторых людей распознавать знаки, что подают нам обитатели неведомого, а от того еще более загадочного мира, что распростерся над нашей планетой...

Поскольку наш собеседник побывал во многих странах, то его мы и попросим быть нашим гидом в данном путешествии. Сначала он поведет нас по земным дорогам, а позднее — к самим звездам, чтобы каждый из нас нашел свое созвездие и начал грамотно пользоваться его указаниями. Да, да и такое станет возможным, коль скоро вы изучите астрологию и возьмете ее достижения в свой актив, стало быть, пользоваться станете для улучшения самочувствия, а не только для общего развития!

Ну а раз мы отправились на экскурсию, то не отвлекайтесь, а читайте внимательно и медленно страничку за страничкой.

Как относятся к астрологии на Востоке и на Западе?

То, что касается предсказаний по ладони, по гороскопу будущей судьбы человека, заслуживает самого пристального, очень внимательного отношения, потому что на Востоке давно очень многие люди пользуются гороскопом для того, чтобы обойти ухабы, чтобы направить свою жизнь по самому наилучшему пути, по проторенной дороге, которая видна в этом гороскопе.

Если, скажем, у малыша талант к какому-то делу, и он становится известен, то, естественно, его надо воспитывать, взращивать, чтобы как-то потом он проявился.

И, наоборот, учитывать сложные периоды в жизни, тоже предусматривать, готовиться к ним заблаговременно.

Так вот, на Востоке многие семьи пользуются услугами астрологов, предсказателей, гадальщиков и гадалок. И как только родился ребенок, то они либо данные по рождению несут ближайшему гадальщику или астрологу, либо приходят в храм, и там буддистский монах (на востоке буддизм развит: в Японии, Китае) дает предсказания. В Тибете дети получают такие «напутствия», и они (предсказания) становятся основополагающими.

Вот как описывает лама Т. Лобсанг Рампа в книге «Третий глаз» предопределение своей судьбы астрологами из Не-Шуня, точность предсказаний которых подтверждалась тысячи раз. Это произошло на седьмом году его жизни.

«В течение нескольких дней изучали они свои графики, занимались бесчисленными расчетами и выводами чего-то по треугольникам, эклиптике и квадратам. Обсуждали противоречивое влияние той или иной планеты.

И вот... Двое лам несли записи и карты астрологов. Двое других помогали им взойти по ступеням возвышения, где они потом стояли словно статуи из слоновой кости. Пышные платья из желтой китайской парчи лам только подчеркивали их возраст. На них были огромные головные уборы священников, казавшиеся довольно тяжелыми для их морщинистых шей.

Вокруг возвышения собрались помощники и расселись на подушках, поданных нашими слугами. Разговоры прекратились, все обратились в слух, ожидая, что скажет Великий Астролог своим дрожащим голосом.

— Лжа дре ми шо-нанг-шиг, — сказал он.

«Да будет одинаковым поведение богов, демонов и людей» (эта фраза поясняет, что предсказание будущего возможно).

Монотонно в течение часа Великий Астролог читал свои пророчества, затем отдыхал десять минут, потом еще целый час рисовал мое будущее широкими мазками.

— Хале! Хале! — восклицала восхищенная публика («Удивительно! Удивительно!»)

Таким образом было предсказано мое будущее. После сурового испытания в семь лет я поступлю в монастырь, где получу профессию монаха-хирурга. Я покину родину и буду жить среди иноплеменных людей. Я потеряю все, начну все сначала, и в конце жизни меня ожидает новый успех.»

Бывая в странах Востока, я наблюдал, как свято относятся люди к таким вот предсказаниям-напутствиям. И верховные жрецы и ламы находят для своих учений благодарных почитателей и последователей, потому что там с детства человек приучен как бы подчиняться законам природы.

И вполне возможно, жизнь в экстремальных условиях (на огромной высоте, где мало кислорода), подсказала этот путь к выживанию, которое только и возможно в соединении с законами природы.

На Западе, правда, несколько по-другому думают о предначертаниях свыше. Я подметил, что люди бедного и среднего достатка довольно-таки скептически относятся к предсказаниям, хотя часто тоже интересуются этим.

Те же, кто богат, считают просто необходимым иметь своего (достаточно дорогого) астролога для того, чтобы он определил будущее для семьи (для каждого ее члена), особенно запрогнозировал бизнес клана.

Вот, скажем, к примеру, в Европе совсем недавно проходил так называемый «Салон Европси». В Париж съехался весь цвет параллельной медицины, парапсихологии, астрологии, ясновидения, в общем, все специалисты, занятые в этой области науки. Правда, даже в той же Франции парапсихологов иногда объявляют представителями лженауки, такое мнение широко поддерживается низами: все это, мол, шарлатанство.

Тем не менее верхи пользуются предсказаниями, потому может быть, и остаются именно наверху социальной лестницы, зарабатывают еще и еще больше, зная, куда направить финансы, усилить свои деловые качества. И ведь все сбывается! Потому и не жалеют предприниматели денег, оплачивают самых дорогих «колдунов».

Если вернуться в Россию, то могу доложить вам, что и у нас в Санкт-Петербурге открыт гадальный салон. Моя ученица прекрасно справляется со своими обязанностями. Она подсказывает коммерсантам, что именно надо предпринять, чтобы успех обязательно был. И представьте себе, не ошибается! Я надеюсь, что в следующей книге я смогу более подробно и, как говорится, с фактами в руках, рассказать об этом.

Сейчас же продолжим беседу о том, как обстоят дела на Западе с такими вот, как считают некоторые, «чудесами», которые приводят к реалиям.

Предсказатели имеют там свои офисы и фирмы (все поставлено на широкую ногу). Например, в 1993 году Элизабет Тесье (звезда предсказателей в Париже) опубликовала свой альманах «Ваш гороскоп» и, верите, он разошелся тиражом в 60 миллионов экземпляров.

Ее клиентами являются испанский король Хуан Карлос (человек весьма и весьма образованный), который пользуется услугами астрологов с 16 лет и этого не скрывает. Франсуа Миттеран консультируется у представителей астрологических профессий — ясновидящих и прорицателей. Его главный гуру (учитель) проживает на Ближнем Востоке.

Или, например, президенту Франции его астролог советует, когда лучше всего выступить перед французами, чтобы быть, как говорится, «в ударе». И только в такой вот благоприятный день он общается с людьми в больших аудиториях, на площадях.

Надо тут заметить, что кульминация деятельности предсказателей разного толка наступает в период предвыборной кампании, тут уж они просто нарасхват. И это понятно: претендентам на престижные посты ошибаться нельзя, на карту ставится многое: и крупные финансы, и давно ожидаемая вожделенная слава.

Да и сами предсказатели стараются задействовать все, что есть в их арсенале: и так называемые потусторонние силы, и те, что на земле. Некоторым из вас покажется странным, что в действие вступают потусторонние силы, кто-то исполнится недоверия ко мне (как и к тем, кто пользуется этими силами), но не торопитесь делать выводы: все научно объяснимо.

Когда я находился в столице Франции, то бродя по улицам, каждая из которых (как и в нашем Питере) словно страница истории, и кроме того, полна великолепия, так вот, расхаживая мимо красивых и богатых особняков, с удивлением узнал, что многие конторы предсказателей работают с 8 утра и до 2 часов ночи! И все это время они не пустуют и полчаса, в них постоянно клиенты, причем по виду весьма солидные.

Как я уже говорил, услуги эти довольно дорого стоят. Вот, к примеру в той стране, о которой я вам сейчас рассказываю, — они оцениваются от 50 до 250 долларов, а упомянутая выше Элизабет Тесье берет в десять раз больше только за одно посещение!

В Аргентине (вообще в Латинской Америке) тоже широко развита сеть таких контор и офисов. И вот, допустим, самое дешевое гаданье (на кофейной гуще) обходится человеку в 20—30 долларов, а если он захотел узнать свою судьбу (либо то, как пойдут дела дальше) по картам, то пожалуйста, готовь 50 долларов, а то и больше. Составление индивидуального астрологического гороскопа будет стоить вам от 10 до 500 долларов.

Президент Аргентины обзавелся своим личным предсказателем и, насколько известно, не раскаивается в том. В его стране по проведенной не так давно статистике на каждую 1000 жителей приходится больше всего в мире гадалок, колдунов, парапсихологов и т. д.

Столица этой страны Буэнос-Айрес дала приют, если так можно сказать, наибольшему количеству специалистов по той жизни, которую мы и не замечаем (многие из нас во всяком случае), по тому невидимому, но, конечно же, существующему миру, информации из которого очень важны для жизни и здоровья каждого.

В Калифорнии очень популярна гадалка-прорицательница Анита Кассандра. Она родилась в Пуэрто-Рико, а теперь живет в Голливуде. И не только «звезды» киноэкрана, но и многие ученые прибегают к ее помощи, советам в делах. Вот, к примеру, американское агентство НАСА пользуется ее прогнозами о дне запуска очередного спутника или о предстоящих критических ситуациях в космосе.

И если подвести итог, то можно с уверенностью сказать, что и на Западе и на Востоке воспринимают эти явления (предсказания) не как нечто случайное, а как закономерность, связанную, должно быть, с прошлыми рождениями, с какими-то грехами, совершенными в свое время, поступками, сделанными вопреки нравственности и морали, принесшими зло человеку.

И все эти данные, которые они получают у той же гадалки, они стремятся использовать во имя добра, с целью улучшить свою жизнь, свое здоровье. Я сам часто наблюдал, когда человек достигает каких-то успехов в жизни, то он начинает прислушиваться ко многим, раньше, может быть, не слышимым каким-то звукам, доносящимся до него, к каким-то знакам, на которые он еще недавно не обращал никакого внимания. Для чего? А для того чтобы не было

«шлагбаумов», чтобы мог он вовремя обойти какую-то яму, которая может ему встретиться и в которую он по незнанию и «залететь» может.

И вот, чтобы такого не произошло, не случилось, и надо учитывать и данные астрологии, и прислушаться к людям, имеющим дар предвидеть события.

К примеру, болгарская провидица Ванга, у которой побывали все сильные мира сего, со всех стран света, многим она предсказала что было и что произойдет. И что же? На 87 процентов все сбылось!

Или вот в Китае, в городке Кенкси, провели интересный эксперимент. Были выбраны для того 2300 человек. И каждому из них один предсказатель сообщил события их дальнейшей жизни. И в 1867 случаях все именно так и произошло, как он сказал. 81 процент — убедительная статистика!

Так что удивительный дар некоторых людей нужно воспринимать серьезно и, конечно же, учитывать их прогнозы в своей личной жизни. К сожалению, в нашей стране относятся к ним с недоверием, считая это выдумками и сказками. Есть и такие ученые, которые считают, что обращение к провидцам и предсказателям всегда отличало катастрофические состояния общественной жизни, вера, мол, в чудеса, это уход от тягот и невзгод...

Правильно сказал Андрей Алексеевич, надо учитывать такие прорицания. Я как-то не учла и едва-едва не отправилась на тот свет...

Помните, эта женщина, которая смотрела-гадала по руке мне в Кисловодске, она ведь что тогда сказала: бойтесь воды, не заплывайте за буек, именно там вас ждет беда. Так раз она меня предупредила, значит, досконально знала-высмотрела, где именно та беда меня ждет-поджидает, правильно?

Мало того, она уже тогда ведала, что можно и избежать нехорошего, оно может и не произойти, так ведь? Помню, она меня спросила неким утвердительным тоном: вы уже тонули, да? И когда я ей ответила, что такое случалось со мною уже и не единожды, она пожурила меня: вот видите, тонули, чуть не погибли, и все-таки продолжаете заплывать!

Я, признаться, просто крайне поражена была ее осведомленностью о таких деталях моей жизни, ибо и вправду очень люблю (до сих пор) плавать далеко-далеко от берега...

— Меня как бы тянет, — решила оправдаться я и почему-то стала читать ей свое стихотворение под странным (и для меня) названием «Веселая песня про смерть», написанное незадолго до нашей с нею встречи.

Раздаю себя по горсточке
И рассыпать не боюсь,
Это жизни моей версточки,
Пробегу их и убьюсь...

Когда радость всю исчерпаю,
Я сама нажму боек,
Заплыву я быстрой нерпою
За далекий тот буек...

Подведу итоги версточкам:
Что желала, то взяла,
Я пила беду наперсточком,
И осталась лишь зола...

Ох, напьюсь водой соленою,
Засолюсь я на века,
Я вбегу в волну зеленую,
В ней останусь навсегда!

Женщина была ошеломлена: «Ай, ай! Вы ведь сами предрешили в этом стихотворении свою судьбу, коль скоро у вас появился некий "идеал смерти"».

Да, очень тяжело было мне в ту пору. Я попала тогда в энергетический плен к одной сильной женщине и не в силах была вырваться. Стала ее послушной рабой, забыла друзей, работу, вся была поглощена заботами о ее доме, редко бывала в своем...

Все было очень и очень серьезно и совсем невыносимо для души, когда сильнейший экстрасенс мира Федора Даниловна Конюхова сказала, взглянув на фотографию этой моей знакомой:

— Только не ссорься с нею, она убьет тебя, уходи постепенно, но я не могу тебе в этом помочь, не умею...

Я верила Федоре Даниловне как Богу, и потому ее ответ привел меня в полное отчаянье. Когда страшная женщина отняла у меня самое дорогое и любимое — мою работу на радио, я решила: поеду на море (Черное) и заплыву, чтобы

не вернуться... Так что теперь вам понятно, что данный «идеал» имел вполне реальную основу...

Однако вернемся к разговору о предсказаниях, которые могли бы и сбыться... Лет через пять после той милой беседы в Кисловодске, которой я не придавала серьезного значения, чуть-чуть не свершилось то самое, что я сама себе, выходит, и предрешила: погружение навечно в глубину за буйком.

Дело было под Выборгом, в самом конце октября. Мы вышли с молодой приятельницей из лесу, уставшие, с полными корзинами грибов и, конечно, потные от многочасового шастанья по сопкам. И как только я увидела это загадочное, глубокое озеро, то сразу и стала разоблачаться. Так захотелось в чем мать родила броситься в эту ласковую коричневую воду и, конечно же, плыть далеко, лучше всего к другому берегу, поскольку буйка никакого не было.

Я уже была примерно на середине этого лесного бездонного (как считали местные жители) озера, когда услышала неистовый лай собаки. Я обернулась и увидела, что огромный эрдельтерьер буквально вырывается из ошейника и норовит забежать в воду. Плавать, видно, ему захотелось.

Снова поплыла... И вдруг слышу будто чей-то голос: «Вернись, вернись немедленно!». И словно какая-то сила повернула меня обратно. Возвращаюсь, значит, и издалека еще вижу, что пес уже расхотел купаться, вернулся к своей хозяйке и мирно уселся возле ее ног.

Одеваюсь и слышу, как разговаривают женщины, которых я и не заметила, когда мы спустились к водоему:

— Странно-странно, мы уже лет десять отдыхаем в этих местах и на озеро что ни день приходим... Но никогда и ни на кого не лаял наш Руно... Что это с ним такое стряслось, просто непонятно! Вы только не бойтесь, он у нас вовсе не кусается да и лает в общем-то довольно редко...

Ничего себе собачка, как вам кажется? Никакого сравнения со мной! Мне по-русски разъяснили, что заплывать не следует, а я продолжаю, причем в условиях просто-таки экстремальных: озеро неизмеренной глубины, спасательной команды на берегу не имеется, мужчин, которые умели бы плавать, тоже в наличии не оказалось... Я не ощущала опасности, а пес определил-почуял, что бесстрашная женщина вот-вот купнется-окунется в «последний раз».

Конечно, меня спас Ангел-хранитель (не думайте, что я хочу умалить в некотором роде заслуги удивительного и

чуткого к беде песика), поскольку ему известны все мои земные шаги-дороги...

И раз уж я привела стихотворение из своего сборника (про веселую смерть), то не могу не рассказать о том, с чего началось издание его (сборника).

И, представьте себе, снова с предсказаний, теперь уже «вычитанных» с карт. Да, да с гадания на игральных картах...

Как-то говорит мне моя приятельница Маргарита, с которой я дружила более 30 лет (на радио вместе работали), с нею Андрей Алексеевич тоже знаком.

— Давай я тебе кину карты!

Я прямо-таки изумилась: как так, и ты... Оказалось, умеет. И принялась рассказывать, вглядываясь в «лица» королей, валетов, дам и тузов...

— Все тебе будут помогать в издании стихов в другом городе, и очень даже дешево и скоро напечатаешься. И препон никто не будет ставить. Вот увидишь, вспомнишь мои слова...

Женщина она, надо сказать, гордая, и я не стала ее обижать улыбкой-усмешкой, хотя, каюсь, хотелось весело расхохотаться от непонятных и удивительных ее предвидений в даль, от этаких ее предчувствий, которые якобы карты ей подсказали.

И что вы думаете? Так именно все и произошло. Один к одному.

Надо поставить вас в известность, что началась эпопея по изданию с нуля. С нуля в кармане, с нуля по блату и связям (бумаги тоже было нуль), с нуля по информации о состоянии дел по книгопечатанию в нашем государстве. Единственно, о чем я догадывалась, так это о том, что наш Горлит (цензура то есть) уже находится в агонии и вот-вот отдаст концы.

С него и начну, ибо он и назывался препонами, как вы, должно быть, поняли. Он как раз к моему приезду в столицу и «помер».

А теперь попробую коротко, просто телеграфным языком перечислить тех, кто помог и в чем именно.

Прогнозы начали сбываться еще в Питере.

Оказалась за одним столиком в Доме журналистов с корреспондентом из издательства «Гудок».

Он слышал, как я читала свои стихи друзьям, и пригласил меня в Москву.

Конечно, надо было начать с делового письма. И вот московские журналисты, едва взглянув на меня — и ни одним глазом на стихи — написали бумагу, которую я отнесла в типографию.

Женщина, редактор, прочитав мои стихи (в рукописи) сказала: стихи удивительные, и денег я не возьму за редактуру, ни единой копейки.

В цинкографии мастер, большой поклонник Бахуса, тянувший заказы месяцами, ровно через неделю (не попросив ни одной емкости!) принес готовую к печатанию обложку.

— Где эта женщина с ромашкой? Я все сделал, — сказал он, доведя быстротой исполнения руководительницу цинкографии до сильного сердцебиения.

Молодой начальник печатного цеха достал бумагу на тираж 10000 экземпляров и сказал:

— За такие стихи я не возьму с вас ни рубля!

Чуть ли не на улице я познакомилась с мужчиной, который на своих стареньких «Жигулях» отвез весь тираж на вокзал, помог упаковать (и тоже без оплаты!) и погрузить в вагон, который уже вечером отправился в мой родной город на Неве.

И если теперь кто-то усомнится в умении некоторых людей просматривать будущие дни нашей жизни и события в них (со всеми подробностями), я скажу о таком человеке, что он... ну, одним словом, не особенно умный (выражаясь очень и очень мягко).

Господи, скольких ошибок можно было бы избежать, ежели бы я раньше повстречала таких людей, поняла, как все это пресерьезно!..

Однако, милые мои, лучше поздно, чем никогда, правильно?! И коль скоро наш автор, наподобие солнечного зайчика, осветил кое-что в темноте наших познаний, то не возьмемся ли мы все (с помощью автора, конечно, поначалу) за составление карт своих собственных ладоней (и ладоней наших особенно близких душе людей), причем последующие рисунки будем сравнивать с предыдущими, чтобы воочию убедиться в том, что мы и есть хозяева своей судьбы, а не дядя, скажем, выбранный нами по недомыслию в Думу. Ведь тем самым мы и не позволим вышеупомянутым госдядям и гостетям распоряжаться нами, сами ее (судьбу) перестроим, улучшим и будем радоваться тому, как у нас все ловко получается по жизни.

Я тут слышала, что даже весьма пожилых могут научить за энное количество рублей (штук, как теперь выражаются, либо баксов) этой удивительной науке — хиромантии, то есть чтению предначертаний по руке.

Мы, конечно, распределим в дальнейшем обязанности между собою. Те, кто сможет постичь эту хитрую науку (смотри выше ее название), тот будет считывать информацию (говоря современным и научным языком) с ладошки, а те, кто не одолеет, станут рисовать упомянутые выше карты и делать сравнительные анализы и выводы-предупреждения, вроде таких: не знаешь броду, не лезь в воду...

Конечно, мне весьма обидно, что по судьбе мне надо отныне плавать вдоль берега и желательно в закрытом водоеме типа бассейн, но горевать не стоит!

Ну, а если вернуться к рассказу о ладони человека, то всего через несколько страниц Андрей Алексеевич еще кое-что о ней порасскажет, и очень даже интересное. Если сейчас вы прочитали о том, что она «знает», то чуть позднее несказанно удивитесь тому, что, она умеет-может, наша с вами ладошка и пальчики на ней!

Однако же о том, что наша ладонь совместно с пальчиками может и умеет делать во благо нашего здоровья, мы побеседуем в недалеком, но обозримом будущем, посему как у нас еще не «охваченным» остался огромный пласт познаний. Какой же? Вернитесь-ка назад на несколько страниц и сразу догадаетесь-увидите.

Ведь оракулы и жрецы не только длань нашу изучали, но и на небо поглядывали, следили за движением звезд, особенно за луной, потому как она нас угнетает, не особенно хорошо относится к нашему с вами здоровью.

Мало того, именно она ухудшает наше самочувствие, потому что ей, видите ли, непременно надо время от времени затмить солнышко, словно в Галактике места мало, обойти не может...

И вот, чтобы мы чего-то там не перепутали на небе, Андрей Алексеевич с удовольствием берется подучить нас.

Обрати взор свой к небосводу

Что удивительно: имеются астрологические прогнозы (теперь и в нашем государстве такое не запрещают...), написаны книги на данную тему, но люди почему-то делают то, что

им советует телевидение, реклама в каком-то журнале, отчего в общем-то счастья и согласия в семьях не прибавляется, что видно по нашей жизни и из статистики (она у нас в области бракоразводной просто-таки катастрофическая).

Правда, отрицать не стоит, имеется много разных печатных советов, немало серьезных произведений, научных, принципиальных об этом (коль саму науку разрешили и на небосвод можно теперь без опаски глазеть, кому хочется).

Но вот книг о судьбе человеческой, о том, как крепко она связана с планетами и их передвижением по небосводу, совсем мало.

В последнее время появилось множество гороскопов. Но посмотрим, когда и как они рассчитаны. Оказывается, все астрологические расчеты, которые ведутся сегодня и предлагаются нам, основываются на таблицах, которые были высчитаны древними мудрецами две тысячи лет назад, в начале нашей эры!

Их-то вам и продают на любой станции метро, на каждом перекрестке. Берите, мол, пользуйтесь, узнавайте и учитывайте, как вам положено свой день построить, чтобы поменьше промахов было и неприятностей. Там, мол, в бездонной высоте все на небесных скрижалях расписано и про Овена, и про Козерога, и о Рыбах данные имеются, если вы таковой по созвездию являетесь.

А что на поверку получается? Допустим вы поверили передаче «Ваш стиль», очень вам нравится, как все дни вашей недели расписывают в ней. Попробуем и мы проследить соответствие прогноза реальным событиям.

«... На этой неделе вас ждут большие денежные поступления», — прочитали мы (вас тоже коробит от этакой приближенности к выражениям наших дней). Потом долго-долго идут крупные буквы...

А вот конец предначертания: «...несмотря на ваши усилия, в середине недели у вас возможен финансовый крах». Мы с вами открываем рот и долго не можем его закрыть, поскольку весьма нелегко в считанные секунды перейти от радости к беде...

Почему же получаются такие нелепости? Причем миллионы заинтересованных в судьбоносных абзацах, исполненные веры в добрые намерения современных оракулов, тут же, и часто навсегда, теряют надежду и, конечно же, перестают верить в данные прогнозы.

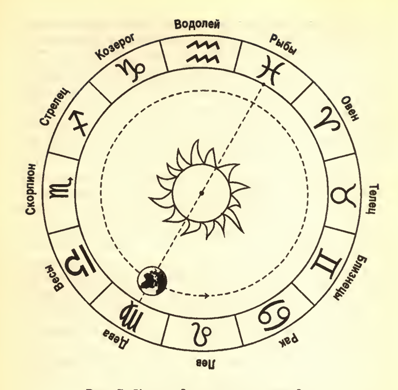


Рис. 7. Круг зодиакальных созвездий.

Дорогие читатели, всего через страничку-другую вы обретете веру и надежду, поскольку звезды, в отличие от некоторых людей не имеют обыкновения говорить неправду, а Андрей Алексеевич все вам сейчас объяснит.

Так вот что сказал лично мне Андрей Алексеевич, узнав дату и год моего рождения. Только не думайте, что я, воспользовавшись тем, что он рядом со мною бывает куда чаще, чем с вами, решила побольше о себе кое-что узнать. Во-первых, я уже кое-что и узнала, прожив положенную мне жизнь, во-вторых и даже вследствие первого я как-то мало тем и интересуюсь, а в третьих, когда вы почитаете про мои взаимоотношения с собственным созвездием, то на примере, как говорится, побыстрее все постигнете, а раз так, то

незамедлительно сумеете определить, к какой звездочке надо вам (каждому из вас) приглядеться-прислушаться...

Сейчас все вы посмотрите на табл. 1 и на рис. 7 (видите, круг, сфера небесная) и проследите на самом простом примере (вы ведь помните?), что мне повезло. И убедитесь...

— Вот, смотрите, сюда, Валентина Михайловна, — говорит мне Андрей Алексеевич. — Вы родились 19 января. Вы считали себя раньше Козерогом? Но теперь-то, по новым расчетам, более точным, вы наполовину еще и Стрелец, так что Вам присущи и его черты. Те и другие как бы. Так что относительно Вас дело упрощается: смотрите прогнозы на того и другого (на Стрельца и Козерога) и принимаете во внимание. Вы же видите, они рядышком, да?

Конечно, после таких слов вид у меня был несколько недоуменный.

— Ничего страшного, Валентина Михайловна, скорее наоборот. Вам достались черты и того и другого, так что не стоит унывать.

И я, поразмыслив немного, пришла к выводу очень даже оптимистическому. Раз сразу два созвездия в небе обо мне заботятся, так может быть я поменьше ошибок совершу, может быть еще что-то хорошее осуществится в моей Дороге.

Ну, а теперь вернемся к нашим баранам, как говорится, каждый к своему. И вы все уразумеете, найдете на вышеупомянутом своде, пользуясь исходными данными (датами своего рождения) те светила, которые непременно вам помогут (помогают же мне!).

Итак, начнем исправлять ошибку, совершенную на земле, и приблизимся к истинному, реальному положению вещей.

Вот посмотрите на рисунок. Планета Земля вращается вокруг Солнца, а здесь небесная сфера (она разбита, как видите на 12 основных созвездий). И вот как раз, когда Солнце находится в одном из созвездий, если смотреть с земли, то это значит — человек рождается под знаком Рыб, к примеру — вот как на картинке.

Земля, как все знают, вращается и, выходит, следующие люди во времени появятся на свет уже под знаком Овна, затем Тельца и так далее.

Надо думать, что каждый из вас в данную минуту с волнением в сердце разыскивает свое рождение (таблица-то рядом и вы уже нашли, что там происходит в ноябре, декабре и так далее).

Таблица 1

Движение Солнца по зодиакальным созвездиям

Созвездие	Обозначение	Продолжительность пребывания Солнца в созвездии	
		в современную эпоху	в начале нашей эры
Стрелец	♐	18 декабря — 19 января	22 ноября — 20 декабря
Козерог	♑	19 января — 16 февраля	21 декабря — 19 января
Водолей	♒	16 февраля — 12 марта	20 января —18 февраля
Рыбы	♓	12 марта — 18 апреля	19 февраля — 20 марта
Овен	♈	18 апреля — 14 мая	21 марта — 20 апреля
Телец	♉	14 мая — 21 июня	21 апреля — 20 мая
Близнецы	♊	21 июня — 20 июля	21 мая — 21 июня
Рак	♋	20 июля — 11 августа	22 июня — 22 июля
Лев	♌	11 августа — 17 сентября	22 июля — 22 августа
Дева	♍	17 сентября — 31 октября	23 августа — 22 сентября
Весы	♎	31 октября — 22 ноября	23 сентября — 22 октября
Скорпион	♏	22 ноября — 30 ноября	23 октября — 21 ноября

Примечание: с 30 ноября по 18 декабря Солнце находится в созвездии Змееносца, которое в число зодиакальных не включено.

Впрочем, еще чуток отвлечемся от того, что под ногами, и приобщимся к сфере возвышенной, ибо нам предстоит разобраться, почему произошла та промашка, которая ввела вас в заблуждение. А как только мы с вами поймем, в чем именно нестыковка, так сразу и поверим, что все по-старому, не перестали звезды о нас с вами беспокоиться. Опять слово за профессионалом.

Надо учитывать, что траектория движения и Солнца, и Земли, и Вселенной в целом в нашей галактике не постоянна, что, естественно, за две тысячи лет произошел сдвиг небесной сферы. И уже выяснено учеными, примерно на 30 градусов. Поэтому в данный момент совсем иное соотношение этих знаков и рождений.

К примеру, если по старым таблицам, человек, родившийся 30 ноября, считался Стрельцом, то... Посмотрите на наш рисунок, что там у нас получается, видите? Змееносец или Скорпион, поэтому все прогнозы, которые рекомендуются для Стрельцов, они же адресуются и Скорпионам.

Вот и не получалось по жизни у такого человека то, что говорили оракулы с экрана, что написано в гороскопе, который можно в любом киоске приобрести... Конечно, какие-то совпадения случаются, но не часто. И человек перестает верить самой древней удивительной науке, основанной на сложнейших расчетах — астрономии, астрологии.

Выходит, что такие передачи, как «Наш стиль» можно воспринимать как некое развлекательное шоу, поскольку то, что в ней говорится, ни малейшего отношения к реальному положению созвездий не имеет.

Так, послушали мы Андрея Алексеевича и поняли, что надо с большой осторожностью относиться ко всякой информации, а к звездам с уважением и почтением, да?

Только не подумайте, что наши ученые астрологи ошиблись. Ни в коем случае, у них все на компьютере просчитано, и в календаре на 1994 год, скажем, выпущенном Академией наук, внутри его, все верно, а вот на форзаце, на картинке, Солнце неправильное положение занимает в нарисованной там небесной сфере.

Так вот и пошла с того красочного форзаца гулять ошибка по свету и попала не только в брошюрки, но и на голубой экран...

Не удивляйтесь, что все так досконально мы вам тут докладываем. Дело в том, что очень серьезно влияет наше созвездие на нашу психоэмоциональную сферу, и потому мы должны учитывать эти факторы. Если, конечно, вы намерены не ошибиться в своей судьбе.

Таблица, помещенная в этой книге, будет как бы толчком для тех, кто хочет серьезно заниматься астрономией, постичь законы космоса и для тех, кто решил научиться рассчитывать прогнозы для своих домочадцев и друзей.

А так что же получается? В ФРГ, как заметил наш автор, там даже в школе парапсихологов преподают астрономию, там все «сообразили», что по-новой надо пересчитывать то, о чем говорилось в желтых от древности фолиантах, а у нас...

Мы тоже с Андреем Алексеевичем примемся за подсчеты-расчеты во благо ближних.

Теперь будем читать о том, для чего точно нам надо знать о тех самых созвездиях, которые в необъятной вышине от нас размещаются. Ну, о том, что космос влияет на наше самочувствие вы все в курсе. Всякие там вспышки на солнце, магнитные бури, которые возникают и худо влияют на нашу головку или какой другой орган, о чем по радио вам сообщают, о плохих для нашего здоровья деньках (а их бывает аж по несколько в месяц!).

Вы, зная про это, запасаетесь лишним количеством всяких там таблеток, спешите в аптеку. Я лично такого не делаю, поскольку, как вы знаете, не держу дома ни единой лекарственной формы за ненадобностью. Но тот, кто мнителен (их еще называют врачи ипохондриками) безусловно должен приобрести, коль сказано, что вот-вот станет всем очень неважнецки.

Ну все, вот и Андрей Алексеевич осуждающе качает головой: что такое, почему я против высокой науки иду? Ничего я не иду и не думаю даже, просто жаль мне наших читателей, которые от испуга в такие худые дни еще больше химии примут, тогда и вовсе трудно будет понять, отчего дискомфортно им стало в этакий нехороший день...

Я считаю, что опасных чисел и знать не следует, чтобы понапрасну себя не тревожить, их каждый в общем-то прекрасно ощущает, даже приближение такого дня...

Как я вас о том несколько раз предостерегала, не закидывайте в свою голову печальные либо горестные мысли, от них все начинает болеть...

Так, с общепланетными худыми днями мы как-то решили вопрос. Теперь приступаем к персональным. Тут дело посложнее, можно и нужно прислушаться, чтобы вовремя соломку положить под ноги тех, кто нам дорог...

Оказывается, у каждого есть свои критические дни, неблагополучные. У каждого знака: у Овнов, у Рыб и т. д.

Вы возвращаетесь снова к рисунку и таблице. Так, внимание, Рыбы!

В данный день, когда человек родился (днем, ночью, в общем-то не так это и важно, так как Солнце проходит это созвездие в течение месяца)... Итак, смотрим, Рыбы... где они у нас тут... Нашли. Допустим, какая-то из Рыб пришла на белый свет где-то посередине, 1 апреля, в день смеха (что само по себе примечательно). Вы представляете такого человека, у которого день рождения в смешной день, а он по натуре флегматик?

И продолжая дальше наши исследования, мы замечаем (глядя на рисунок), что у него активизированы многие органы, поскольку его созвездие в такой момент было как раз напротив чудесного Светила, что дает нам жизнь, и вот излучение Солнца соединилось с излучением от созвездия, и они вкупе стали приветствовать появление еще одного человека на планете Земля.

Конечно, у того, кто обласкан двойным излучением, полный кайф на душе и наилучший порядок в том, что внутри грудной клетки и, скажем, в животе... В общем-то все созвездия тоже приветствуют нового землянина, ибо в его день рождения, они не остаются в стороне, но всего больше и заметнее излучение именно от той звездочки, под опеку которой отныне взят данный товарищ...

Но, как видите на рисунке, поскольку данное созвездие находится в такой момент ближе всего к Солнцу, то оно именно и пользуется в большей степени благосклонностью Светила, то есть присоединяет к своему еще и светилово излучение, отчего так распрекрасно его подопечному, Рыбе в данном конкретном случае.

И неспроста йоги называют энергию Солнца «ха» солнечной, солярной. Потому люди днем (при солнце, значит) бодрствуют, трудятся, а ночью спят-подзаряжаются.

Теперь, когда мы немного воспряли духом, даже те, кто оказался не резко «солярным», побеседуем о другой планете,

3 Зак. № 623

по имени Луна. Как вы видите на рисунке, Луна не может спокойно смотреть на то, как весело Земля огибает как бы Солнце то одной, то другой стороною, чтобы погреть то северных, то южных поселенцев.

Конечно, у нее свои колоссальные задачи во Вселенной, ей надо устроить для нас ночь, потому что именно в ночном небе ей всего вольготнее разгуливать.

Ей, Луне этой, холодной и загадочной, мало того, что солнышко уходит за горизонт, оставляя землян без света, что конечно, оно делает с самыми добрыми намерениями, потому что спать надо именно ночью...

Так вот, данная планета без признаков жизни на ней при движении Земли вокруг Солнца закрывает в какой-то момент ваше созвездие, дорогие сограждане, и как раз в такой момент вам и становится дурно.

И вот, милые «рыбочки», делающие как ни в чем не бывало свои домашние дела, вынуждены бежать за таблетками, поскольку худо им. Почему именно «рыбочки»? Но разве вы забыли, что на нашем рисунке мы привели пример, касающийся как раз данного знака и тех, кто рожден под ним?

И вот Луна целых два, а то и три дня как бы перекрывает полезное для вас излучение, закрывая ваши личные звездочки по ночам. Результат, как говорится налицо, вернее на самом лице, ибо оно бледнеет весьма заметно, коль скоро вам не по себе...

И что самое нехорошее во всей этой истории про планеты, так тот установленный наукою факт, что Луна-то является... поглотительницей чудесной энергии Солнца, так что про созвездия и говорить нечего...

Выходит, отнимая силы у Солнца, Луна негативно (и весьма заметно) действует и на вас. И начинается упадок сил, в голове мысли друг с другом не вяжутся, память куда-то подевалась. Так вот может перепутать все ваши карты эта Луна.

И чего это влюбленные всегда на Луну любуются? Хотя они ведь, когда влюбятся, так перед своим носом ничегошеньки не видят... (подробнее о свойствах Луны вы сможете прочитать в следующей книге).

Поняли, как воздействует ночная планета на вас? А между тем, изучив таблицу, любой из вас, установив по

паспорту и по ней, под каким он знаком числится на небе, может преспокойно выписать из справочника (в астрономических календарях на каждый год дано прохождение Луны и всех созвездий) свои неблагоприятные дни, собственные, стало быть, персональные. Вот вам и карты в руки. Выходит, нечего и к врачу бежать.

Что же делать, коль скоро дискомфорт дойдет до точки кипения, а к врачу вы не советуете идти? Мы такой вопрос с Андреем Алексеевичем предвидели, и потому и советы кое-какие припасли.

То, что я вам хочу предложить для улучшения самочувствия, имеется непосредственно возле вас. Итак, если с утра не можется, то заведите музыку веселенькую и бодрую.

Так, послушали, поплясали (кто в силах), и если еще не совсем отошло, то бегите в ванну и бросьте на себя ведро-другое холодной обжигающей водички! И все, и пройдет ваше недомогание.

Знать такое о себе нужно еще и потому, что в такие периоды не следует принимать какие-то важные решения, надо быть осторожными, поскольку ваш КПД в делах будет всего каких-то 20–30 процентов, и не более.

Но нет правил без исключения. И конечно, есть и Рыбы на свете всякие. Почему же Рыбы? Но у нас на рисунке-то как раз их созвездие, и чтобы не путаться будем их в пример приводить.

У одних плавники ой-ой какие, а хвостом как махнет, так всякая мелочь на километр на волне отвалит. А другая Рыба, хоть и больших размеров, но плывет тихо так, важно и спокойно, дорогу всем уступает (культурная этакая...). Одним словом, интеллигентная особа, чересчур скромная, не по нашим временам, значит...

Но коль скоро мы заговорили поначалу о сильных, о тех, у которых плавники могучие, то почитаем-ка, что установила наука в лице нашего Андрея Алексеевича по данному конкретному вопросу.

Если вы в свой плохой день мобилизуете все резервы (души и тела), сделаете что-то хорошее и полезное, то тогда все остальные дни будете летать как на крыльях (такая у вас энергия появится!).

К примеру, у вас были запланированы какие-то дела, самые обыкновенные: надо отвести дочку в кружок, сами вы

решили сдать наконец-то отчет по работе, потом у вас еще оставалось время (по вашему плану) на приготовление вкусного обеда для семьи...

Но вот приближаются дни, когда Луна готова поглотить энергию и вашу, и вашего созвездия (но вы, естественно и понятия о том не имеете), и вдруг, встав поутру, чувствуете, что все у вас из рук валится, посмотрели на себя в зеркало и ахнули. Все приуныли, поникли душою.

А вот если бы вы знали о таких своих днях, перенесли свои хозяйственные дела на другой день недели, тогда все бы вам удалось!

Но это советы для среднего (слабого) человека. Тише едешь — дальше будешь...

Не думайте, что самому Андрею Алексеевичу нравятся такие, которые едут тихо... Как правило, человек сходит с рельсов, встает на запасной путь (на эти два-три дня), а мимо него проходят поезда, и к финишу он приходит не первым, далеко не первым. Первым приходит тот, кто устоял на этих рельсах, кто бросает в топку побольше уголька, и тогда паровоз летит, летит, летит...

Однако, если вы знаете себя, то вам не нужны такие испытания, раз они вам не по плечу. Да, преодоление необходимо, но оно подстать сильным людям, и тогда происходит закалка, как клинок в холодную воду. Из огня и прямо в холод. Он становится крепче. Так закаляется и характер человека — в преодолении. В то же время те, которые не в состоянии устоять перед трудностями, могут и сломаться, если структура, как говорится другая, потому что если это дамасская сталь (вернемся к клинку), если это златоуст, хорошая сталь с углеродными присадками, то она становится лишь крепче...

Что-то так мне захотелось снова пригласить вас в общество сильных... Вообще-то рядом с сильным и сам становишься не таким слабым, полезно, одним словом...

Опять же полюбуемся на ту серебристую рыбу, что этак независимо машет своими сильными плавниками (она-то уж точно преодолела!) сгоняя многих в глубине морской со своего пути...

Впрочем, Козероги, скажем, тоже имеются храбрые и не страшатся вскарабкаться под облака, чтобы лицезреть окрестности, горделиво вперив свои крутые рога в синь неба...

Прочитали вы предыдущий абзац и подумали: не зря наша Травинка о своем Козероге вспомнила, она-то уж сильная-пресильная, коль скоро по новым подсчетам ученых, еще и черты Стрельца получила, сумеет, небось, в любой ситуации победить...

Не угадали! Ничуть не бывало! Травинка оказывалась и не раз в таком же положении, как те, кто рукою машет мимо мчащимся поездам, в которых сидят сильные люди... Вот я сейчас вам о таком случае и расскажу...

Как-то по делам моих героев и подопечных, славных героинь Ленфронта, женщин-минеров, мне предстояло идти в существовавший тогда Верховный Совет нашей страны к маршалу Моисееву.

В то время все увлекались гороскопами, которые печатали в одной из московских газет в начале каждой недели (как вы поняли, я находилась в столице). И вот прочитала я, что Козерогу (мне значит) никаких дел не надо предпринимать в госучреждениях, поскольку для знака моего ожидается невезение.

Однако... встреча была назначена. Ровно в одиннадцать. Военные, дело известное, обожают точность. Но, увы. Просто какие-то неземные силы, приодевшись в тогу земных обстоятельств, все время перебегали мне дорогу, если так можно сказать.

И все по мелочам как бы не ладилось. То брюки мне показались недостаточно хорошо поглаженными. Потом стала гладить юбку, которую за день до того свидания приобрела. Настроение вконец испортилось, потому что терпеть не могу одевать новое, да еще и юбку!

Одним словом, время бежит, а я, встав чуть ли не в шесть утра, еще одеванием занимаюсь.

И вот вся в мыле, как говорится, прибегаю к окошечку, где выдают пропуск, как вы знаете. А девушка в окошечке отношения (в служебное время!) с каким-то нехорошим мужчиной выясняет, который не уделил ей должного внимания...

Стрелка мчится по циферблату, а девушка все еще не выяснила главного вопроса, любит ли ее тот, кто на другом конце провода, по-настоящему или нет.

Конечно, я опаздываю не на секунды, подхожу к турникету, а навстречу идет какой-то высокий чин, но, увы, я

совершенно не разбираюсь в двух вещах: в марках машин и в военных званиях. Как позднее оказалось, то был как раз маршал Моисеев, который сделал исключение для старушки-журналистки и ожидал меня целых лишних полчаса!!

Прихожу к Герою Советского Союза, депутату госдумы, нашему ленинградскому военному, а он удивлен донельзя: ну, как же вы не узнали его, да он прямо на вас и шел, я же провожал его и видел.

История вся, и я хочу задать вопрос нашему ученому автору, как же надо было поступить в моем случае, а?! И вот что он ответил.

Если бы вы знали, Валентина Михайловна, что такие, неблагополучные для вас дни можно сделать вполне хорошими и удачными, то стали бы мобилизовывать свои возможности, резервы, которые у вас есть. Как же нужно было поступить?

Завели бы будильник на час пораньше. Хорошо проспали, тогда деньги отложили бы заранее на такси, взяли бы машину, приехали бы на 15 минут раньше, встали бы с транспарантом: я, Травинка-журналистка, жду маршала Моисеева, принесли бы коробку конфет или еще лучше, букет цветов, чтобы все вас и без плаката увидели сразу.

В общем, совершили бы максимум поступков, и встреча состоялась, а как бы она повлияла на ваши дела, вы и сами знаете. Хорошо бы отразилась, удачной была бы поездка к маршалу. Но важнее всего то, что после такой мобилизации сил, преодоления препятствий вы смогли бы метров на 10 прыгнуть в высоту, и это, конечно, как вы понимаете, не в физическом плане прыжок, была бы преодолена планка высокой энергетики.

Помните, как в «Мастере и Маргарите»... Кто-то масло тебе разольет на пути, пробка на дороге возникнет, метро всегда безотказно работало, а здесь встал поезд и не идет... Потом кто-то на улице облил тебя из-под колес грязью до пояса, возвращаешься домой почиститься, а тут троллейбус ушел. Сначала минуты, потом десять-пятнадцать, а вскоре полчаса и опаздываешь уже на полтора часа, и тут важны уже секунды, и вот в этих секундочках нужно все время быть готовым, как бы запрограммировать на эти дни, чувствительность усилить, чтобы ко всему случайному быть готовым, быстро отреагировать...

Но такое, повторяю, для людей сильных волей, способных молниеносно перестроиться во внезапно появившейся новой ситуации, отбросить мелочи, чтобы достичь главного, намеченной цели...

Однако займемся делами земными...

Сейчас, друзья, вы по-быстрому приходите в себя от такой глобальной перспективы — усилиями воли пренебречь негативными излучениями Луны, выстоять, что называется, и весело пошагать дальше (а кое-кто, как вы прочитали выше, и подпрыгнуть сможет) — и все вместе мы скажем спасибо планетам Вселенной за заботу о нас и спустимся на землю, на которой нас ждут немаловажные дела.

Конечно, просто прекрасно, что мы многое узнали о звездах, поняли, как много в нашей жизни зависит от их передвижения, как важно понимать «язык» созвездий и общаться с ними, о чем ранее некоторые из нас никакого понятия не имели...

Могли ли мы с вами предполагать, что стоило только поднять глаза к небу, как мы с вами сразу и увидели бы помощниц в лице созвездий другого света, спускающих к ногам нашим и благополучие, и предупреждения о неприятностях, чтобы полегче нам с вами было с ними справиться...

Ну, а коль скоро Андрей Алексеевич показал-открыл нам дорожку к небесным нашим спутникам, то будем ею пользоваться. Для чего? Для того, чтобы не пугаться, если головка у нас заболела и чтобы досконально зная свои трудные денечки получше подготовиться, укрепиться духом, встретить их, что называется, с достоинством.

Если кто и не укрепится духом до состояния дамасской стали, то хотя бы, скажем, до более прочной марки, чтбы не сдаваться перед стихией... Итак, друзья, почаще смотрите на небо, приближайте его, полюбите Вселенную, ибо мы — дети ее...

Что-то мы с вами долго о силе духа говорим... А не приняться ли нам за работу, не потрудиться ли с той же самой ладошкой, не отвести ли ей подглавку в тексте, тем более, что наш гид знает о том, на что она способна...

А что может наша ладонь?

Если вы помните, в самом начале, когда мы стали говорить о человеческой ладони, мы вам обещали рассказать о

том, *что наша ладонь может*. А может она очень много! Пошевелите пальчиками по методике, которую вам преподнесет Андрей Алексеевич, и результат получите, ваши органы станут реагировать на данные манипуляции самым наилучшим образом, то есть здороветь-поправляться.

Конечно, я не смогла долго хранить секреты о сказанном выше, и уже многим на своих беседах-лекциях показала, как надо работать ручками, чтобы эффекта самого заметного достичь.

Так что поглядите на свои пальчики попристальнее, постарайтесь побыстрее ими подвигать в разные стороны. Занимайтесь этим повсюду, как только ваши руки освободились, разрабатывайте их.

Такие действия необходимы, чтобы те методики, что вы скоро начнете осваивать, пошли у вас с наименьшими трениями, показались вам не очень сложными, вполне выполнимыми для каждого.

Вы же знаете, что человек не любит трудностей, ему бы самое простое: проглотил таблетку, прошла боль, он и улегся, довольный собою. Потому я сразу вам и даю совет очень простенький: шевелите и шевелите своими пальчиками и притом как можно чаще. Возле телевизора-то часами небось сидите, ручки сложив, да? А теперь с пользой для себя будете любоваться на то, что там на экране происходит. Манипулируете? Отлично!

Подобные упражнения нужны для того, чтобы вы смогли везде, в транспорте, да и на работе, потратив совсем немного времени, получить заряд бодрости, создать мощный заслон (профилактику) заболеваниям, к которым человек предрасположен. Мало того, такими манипуляциями можно вылечить даже серьезные болезни, вывести из организма вредные вещества.

Да, да, все это можно сделать при помощи чудесной ладони. Ведь еще в детстве, когда человек только-только начинает входить в этот мир, сначала он все трогает руками, и через них, через их способность к осязанию, к ощущениям, к подвижности, координации пальцев формируется головной мозг. Впрочем, что-то я «забежала» в чужую область, а потому передаю слово Андрею Алексеевичу.

И. Кант писал: рука является вышедшим наружу головным мозгом. В древности существовала легенда, что раньше

у человека были глаза в кончиках пальцев. Многие знают о том, что через руки, через кончики пальцев проходят меридианы, то есть те таинственные каналы, по которым течет энергия, переходя из одного канала в другой. И когда случаются какие-то нарушения естественного хода этой внутренней энергии, то и возникает заболевание.

Вот почему многие восточные специалисты медицины именно на основании диагностики проходимости каналов, судят о том, какая болезнь у человека уже есть, а какая может впоследствии появиться, потому что они чувствуют энергетические закупорки. Хотя болезнь еще не дала о себе знать болью, какими-то ощущениями, но в энергетическом каркасе уже наблюдаются неполадки.

Многие каналы человеческого тела (основных каналов 12, а всего их 72 тысячи) заканчиваются в кончиках пальцев, поэтому-то упражнения с кончиками пальцев очень важны именно для того, чтобы улучшилась проходимость энергии на стыках из одного канала в другой, чтобы она не застаивалась, а свободно бы скользила.

Вот одно из упражнений. Для этого нужно иметь всего-навсего *два грецких ореха.* Первое упражнение заключается в том, что вы берете оба ореха и начинаете катать их между ладонями, в одну и другую сторону. Прокатывать надо как следует, не менее трех минут (рис. 8).

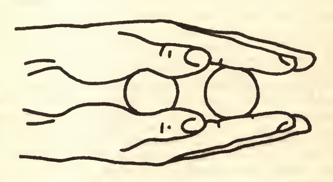


Рис. 8. Два ореха катаются между ладонями.



Рис. 9. Два ореха в одной ладони.

Для другого упражнения берете уже *четыре ореха* в каждую руку по два (покрупнее), перекатываете их, вращая то в одну сторону, то в другую, перемещая на каждой ладони, как бы координируя ловкостью своих пальцев (рис. 9). И всего через три минуты появится словно бы подпитка из космоса. И это понятно: ваши антенны (они там, где кончаются одни каналы и начинаются другие, в кончиках пальцев) немного прочистятся.

Эти упражнения с перемещением грецких орехов на ладонях снимают многие психические напряжения, а также стрессы, поэтому очень-очень рекомендую их.

Следующее упражнение. Кончиком *мизинца* правой руки помассируйте кончик мизинца на левой, а потом поменяйте руки (рис. 10). Помассируйте их как следует, и это тоже снимет психическое напряжение, которое вас заметно утомило за целый день, исчезнет нервная усталость. Нужно лишь тщательно помассировать мизинцы, один за другим.

Другое упражнение. Согните *указательные пальцы* на левой и на правой руках (в виде крючка), затем зацепитесь этими крючками и сильно-сильно растягивайте руки в стороны (рис. 11). Такие движения активизируют функцию печени. Особенно полезно проделать такое после большого застолья, когда ваш желудок переполнен, и нагрузка на печень предельная после того, что вы съели и выпили. Это упражнение не только поможет печени справиться с обильно поглощенным вами, но также снизит интоксикацию организма, если человек еще и курит, поэтому указательные пальцы



Рис. 10. Мизинец массирует мизинец.



Рис. 11. Растягивание.

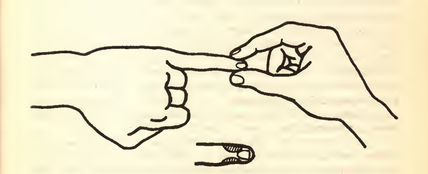


Рис. 12. Массаж мизинца.

и носят название — пальцы печени. Массируйте их посильнее и почаще, растягивайте эти крючки из указательных пальцев, и ваша печень всегда будет в порядке, станет легко справляться даже с теми продуктами, которые вы иногда съедаете в столовой или другом заведении общепита...

Бывает такой недуг у человека, когда кажется, что болит сердце, или еще что-то, но на самом деле это межреберная невралгия (как многие знают, чрезвычайно болезненная). Для избавления от нее надо тщательно массировать *безымянные пальцы* на левой и на правой руке.

В лечении хронического запора помогут тоже руки. Немного о самом заболевании. Запор создается, когда из пищи поглощается влага, и в результате остается чрезмерно затвердевший ком, которому трудно выйти из прохода (заднего, как вы знаете).

Наш мизинец принадлежит меридиану тонкой кишки, и если он (меридиан) препятствует деятельности тонкого кишечника, то и создается возможность запора, прострела и зябкости ног к тому же.

Значит, надо основательно прочистить этот канал, он по какой-то причине засорился. Начинайте массировать свой самый маленький палец на руке (и на правой, и на левой), посильнее, чтобы добиться полного расслабления (рис. 12). Такое упорное и частое массирование благотворно воздействует на запоры, на всяческие прострелы, и, как я уже говорил руки и ноги тоже станут теплеть, что очень и очень важно для любого из нас. Мало того, такими немудреными упражнениями вы сможете вовсе излечиться от тяжкого заболевания, чтобы оно и не появлялось больше.

Для того, чтобы заблестели глаза, пусть женщины примутся тоже за мизинцы, потому что они непосредственно связаны с системой зрения. Если они тщательно помассируют пальчики три минуты, а затем еще две минуты все остальные, то у них и глаза похорошеют, появится особое эмоциональное выражение.

Такие манипуляции также очень полезны для профилактики старения глаз.

А если посильнее протирать каждый палец на руках и на ногах (по одной минуте), то вы избавитесь от старческой дальнозоркости или близорукости. Почему? Да потому что старение глаз начинается из-за прогрессивного снижения функции хрусталика.

И вот, воздействуя на кончики пальцев рук и ног, вы восстанавливаете эти функции. Так что если вы серьезно займетесь этими упражнениями, то в самом скором времени сможете обойтись без очков.

Так-так, а я-то думала, что все получилось из-за улучшения общего состояния здоровья у меня. Давненько без окуляров читаю-почитываю в метро, что постоянно вызывает сомнения у публики: неужели бабушка без очков что-то видит?...

Вижу-вижу! И теперь поняла, отчего я чем старше, тем лучше видеть стала. Если вы помните, я постоянно делаю массаж всей стопы, и, конечно, пальцам достается больше всего, поскольку они у меня имеют обыкновение «горбиться», если я чуть-чуть потеряю бдительность или заленюсь.

Так что подтверждаю: зрение улучшится, и непременно! Однако есть у нашего автора и еще кое-какие советы для наших глазок, чтобы они смотрели-видели подальше и почетче. Сами глаза могут себе тоже помочь, даже и без пальчиков, а если одно с другим соединить, то...

Как обычно люди кричат, когда в восторг приходят! Автора! Пожалуйста, вот он.

Как правильно смотреть передачи по телевизору или фильмы, если вы пошли в кинотеатр, чтобы данное удовольствие принесло вам больше пользы нежели вреда? Садитесь обязательно на том расстоянии от телевизора (от экрана), которое соответствует вашему типу зрения (возможностям его). Не наклоняйте голову и не запрокидывайте ее, смотрите на экран прямо. Чаще моргайте! Не следует смотреть в одну точку, пусть глаза ваши путешествуют по всему полю зрения (экрану).

А в тот момент, когда действие в картине развертывается медленно или между сериями идет надоевшая вам реклама, мягко закройте глаза, дайте им отдохнуть, а нервной сетчатке укрепиться. В темноте между прочим можно и пальчики порастирать, а если вы дома, у ТВ сидите, то и ножками заняться...

По возможности, сидите прямо перед экраном, а не сбоку, то есть выбирайте себе место прямо напротив.

А сейчас я вам расскажу, как можно использовать телевизор или иной экран для укрепления зрения.

Для близоруких. Снимите очки и закройте ладонями глаза. Для глаз чрезвычайно вредно, если вы снимаете очки и сразу, не давая им привыкнуть к перемене обстановки, подвергаете их интенсивному напряжению (рассматриванию чего-то, особенно вас заинтересовавшего).

Сядьте так близко к экрану, чтобы вы могли видеть то, что там происходит не особенно четко, но вполне достаточно для того, чтобы следить за действием. Не старайтесь видеть предельно ясно изображение, просто смотрите и глубоко дышите. И вскоре вы почувствуете, что ваше зрение как бы улучшилось, во всяком случае вы более отчетливо стали видеть то, что еще минуту назад вам казалось несколько «смазанным», будто в некоей дымке.

И вот как только наступает такой момент некоторого будто бы просветления, и вы в этом уже не имеете никакого сомнения, поменяйте место, увеличьте расстояние между вашими глазами и экраном. Процедура вам очень понравится, потому что вы реально ощутите результат и довольно скоро.

Я ставил опыты, проводил, можно сказать, исследования в кинотеатре «Планета». И эффективность таких вот простых, нехитрых упражнений, признаться, поразила меня самого.

Группа людей, за которыми я наблюдал, сидевшая поначалу на первом ряду и выполнявшая такие упражнения, уже через несколько месяцев покупала билеты на балкон. Причем, они прекрасно видели все, что происходило на экране.

Для дальнозорких. Снимите очки и определите, где вам удобнее всего смотреть на экран.

Сядьте сначала на близком расстоянии к экрану, а затем отодвиньтесь и найдите удобное для вас место. Если зрение вдаль не затруднено, садитесь как можно дальше и постепенно придвигайтесь к экрану, по мере улучшения видения того, что на экране.

При этом обратите внимание на все правила для восстановления хорошего зрения: моргание, перевод взгляда, дыхание, кратковременное прикрывание глаз ладонями для ослабления напряжения мышц глаз и век, для отдыха нервов сетчатки при периодически появляющейся темноте.

Сейчас снова поговорим о наших пальцах, которые многое могут исправить. Для того, чтобы ушли черные угри и

прыщи на лице, вот что надо предпринять. Расширьте максимально указательный и большой пальцы на правой руке, а левой нажмите на связочку, на ту гусиную лапку, перепоночку, что появилась между широко раздвинутыми вашими пальцами. Теперь сделайте 30 нажиманий на эту точку (на эту область) на правой руке, а затем руки поменяйте.

Воздействие будет идти на *меридиан толстого кишечника*, который связан, как известно, с желудком, кишечником. И вот такие несложные в общем-то движения будут способствовать воссозданию красивой кожи на вашем лице.

Ничего не скажешь, наш прекрасный собеседник полон уважения к нам, женщинам, потому он так трогательно и заботится о цвете нашего лица, бархатистости и свежести кожи на нем, хочет, стало быть, чтобы мы были с вами к тому же и красивыми (не только внутренне, выходит...)

Нет, нет, я ничего не имею против красоты женского лица, поскольку многие ночи не спят-переживают: ах, как плохо я стала выглядеть, ой, возле носа снова откуда-то взялись-появились эти препротивные черные точечки, куда их деть-спрятать, как их стереть с личика!.. Другие, что помоложе, голодом готовы сидеть, чтобы накопить денег на новые сверхэффективные кремы, напичканные витаминами от первой до последней буквы алфавита. Третьи накладывают тени разных полутонов, чтобы как-то скрыть дефекты стареющей кожи, отчего вышеупомянутые признаки-дефекты становятся не меньше, а как бы наоборот... Четвертые...

Милые мои подруги, ежели красота как таковая (внешняя) вас как-то не особенно волнует (в связи с возрастом и наличием в вашем доме рыцаря по имени муж), то как раз для поправки своего здоровья и самочувствия начинайте-ка все досконально изучать со всеми, кто вам дорог и кому вы хотите добра. Я думаю, что их много, да?

А в заключение данной главы скажем замечательному и доброму человеку Андрею Алексеевичу Левшинову огромное спасибо.

Глава II

С КЕМ НАМ ПО ДОРОГЕ, ПО ПУТИ...

Основываясь на научных исследованиях, читателям предлагается немало тестов, много интересных примет и способов, чтобы не ошибиться в выборе спутника жизни, найти того, с кем жизнь на земле покажется такой прекрасной, что ни один из супругов не станет мечтать о имеющемся якобы на небе рае.

Ну вот и выросли ваши детки. Быть может, мы немного помогли им в чем-то или кто-то ранее нас сумел подтолкнуть их к верному пути, а то и сами они сумели вовремя обойти яму и вывести свой поезд из болота, положить новые прочные рельсы, словом, обошлось без беды...

Но как говорят в народе: малые детки — малые бедки, большие... Чего тут спорить, с выросшими намного труднее, они ведь и руку вашу с плеча снимут не очень нежно: сам, мол, все знаю. Ан не знает, хотя и вымахал чуть ли не с два метра, ибо рост-то с умом-разумом ни в какой пропорции не состоит...

Однако, погоревали-посетовали и будет, поскольку у Андрея нашего свет Алексеевича есть кое-что полезненькое для вас и ваших великовозрастных ребяток, которые замуж стали выскакивать непосредственно со школьной скамьи, а женихи еще и в армии не побывали, а семью решили завести.

Да только о семье-то они подчас никакого понятия и не имеют. Понравилась смазливенькая на личико, и все, и подхватил ее за руку, пойдем, мол, запишемся, любовь у меня к тебе возникла пламенная.

И что же, не проходит и года, как гаснет пламя в груди юноши, возомнившего, что пришло настоящее, нерушимое... И губки вроде бы те же самые, пухлые и алые, и ножки стройненькие с тонкой щиколоткою, что является общепризнанным по всем странам и континентам эталоном красоты... Но что-то молодой супруг теперь о них и вспоминает редко...

А женушка то... Мало того, что кроме макарон ничего сварить не может (оголодал молодой-то после мамочкиных разносолов, одна надежда на тещу, которая время от времени приходит, чтобы обед для молодой семьи приготовить...), да еще стала и покрикивать, особенно в день получки...

Все. Поняли, что дело идет к разладу.

Почему так получается?! По какой-такой причине не могут подобрать себе спутников положительных ваши детки? По неграмотности, по незнанию, считает Андрей Алексеевич. Позднее он по-научному все разъяснит, таблицу вам нарисует, пользуясь которою каждый сможет установить: для меня уготован напарник по созданию семьи? А сейчас вы узнаете, как самим сходу распознать многие черточки как положительные, так и отрицательные в том (либо той), кто вызвал у вас симпатию, либо влечение сильнейшее.

В этом нам поможет наука психология. Не случайно сейчас она снова вошла в моду, а потому ознакомимся с ее основами, которые касаются нашей конкретной темы: как удачно выбрать мужа либо жену.

Итак, молодой и вошедший в силу юноша принял решение разыскать среди множества претенденток на звание жены самую неповторимую, красивую, умную и проч. Дело задумал он серьезное и не хочет ошибиться как некоторые его друзья, которые сходу приобщились к семейному положению, а затем выбыли из списка женатых...

Все, идем по следу. Он выбирает, а мы ему тихо, шепотом, подсказываем: да-да, нет-нет. Конечно же, все разъясняем по-научному, не голословно, не субъективно, мало ли какие у нас, бабушек, комплексы-пристрастия имеются.

Делаем все сообразно науке, безо всяких там личных симпатий и антипатий, так что мамочки, не вмешивайтесь по пустякам, дело-то важное затеяли, научим-ка молодца самого разбираться!

Кстати сказать, сейчас мы коснемся той части данной науки, которая так и называется — *совместимость по психоэмоциональной сфере*. Итак, молодой человек, идите, не бойтесь, пригласите ее в дом чаю попить, познакомиться с родителями.

Позвали? Так, разделась, вошла в комнату и сказала: иди чайник ставь! Тон, конечно, командный, что и понятно: раз

я ему понравилась, пусть выполняет и немедленно! Такая у нее жизненная позиция... А откуда, позвольте, она взялась эта черта в этой милой на вид красавице? Ниоткуда она не бралась, а была и есть до сих пор. Секрет вот в чем: у нее некоторый перебор мужских половых гормонов. По данной причине и позднее, когда вы в один документ окажетесь вписанными, тоже станет повелевать...

Думается, что надо дать ей от ворот поворот, культурненько этак выпроводить ее восвояси. Может быть кому-то слабому и безвольному (есть такие мужички) она и понравится, но вы-то у нас сильный, нормальный, здоровый!

Предположим теперь, что она вовсе не командовала, а села скромненько и едва дышит. Обратите внимание на позы. Как утверждает наука (плодами которой мы сейчас пользуемся), любой жест выдает нас с ног до головы, нашу психоэмоциональную, стало быть, суть. Да, поза человеческая характеризует состояние души, пусть и бессознательно, так что стоит приглядеться, чтобы лучше прояснилось, что за девушка сидит перед вами...

Вот она скрестила свои руки на груди, а это обозначает: ее душа не лежит к вам, она закрывает от вас свое сердце, быть может, оно давно отдано другому (рис. 13). А вот если она закинула ногу на ногу, то, выходит, она вас вовсе не желает, раз прикрыла данным жестом свои нефритовые ворота...



Рис. 13.

Кажется, что она такое делает как бы случайно, невольно, но увы... не открывает она навстречу вашему чувству себя. Почему? Это второй вопрос, но лучше его решить заблаговременно, до ЗАГСа.

Не думайте, что Андрей Алексеевич открывает Америку, нет, он просто хочет подсказать вам, чтобы вы не очень здорово ошиблись в выборе.



Рис. 14.

А что касается самих поз и жестов, то их знает любой дипломат, каждый разведчик или психолог. Так что раз уж вы пошли в разведку и хотите добыть данные и более точные, то понаблюдайте и сделайте выводы, лучше бы в свою пользу…

Что-то часто ваша собеседница закрывает рот руками (рис. 14)… Важный признак: раз прячет свою душу, а любое слово выходит из сердца. Что-то на душе у нее имеется, что бы хотела она от вас скрыть! Боится проговориться о чем-то.



Рис. 15.

Или вдруг замечаете, как-то часто почесывает затылок гостья, словно бы замахивается на вас (похоже как раз на замахивание, и вы уже как-то дискомфортом охвачены...), ударить как бы хочет вас. Тут объяснение простое: агрессивная особа, кто-то ее настроил против вас, видно (рис. 15).

Так, ушла претендентка, а вы все просматриваете мысленным взором, итоги подводите. Вспомните, а не разбилось ли что-то в первую встречу в доме? Может быть, чашка либо блюдце, или безделушка сломалась-испортилась, а при прощании она принялась откручивать пуговицу на вашем пиджаке (сколько раз такое наблюдали, да?)...

Снова тревога закралась в ваше сердце. Пустяки, думаете вы, случайно она уронила посуду... А душа не на месте... Что-то чует. Правильно, она приняла сигнал, а он был хоть и скрытым, но намеренным. Да, та, которую вы хотели бы назвать женою, хотела причинить вам боль, разрушить что-то в вашей жизни.

Нет, случайных вещей не бывает, это сказалась связь будущего с настоящим, связь душевного состояния, проявленного в жестах. Эта связь, как высвеченная дорожка, что ведет в завтрашний день, в котором вам хотелось быть вместе... В дальнейшем все это проявится в действии либо в семейной жизни, либо в дружбе.

Приступаем к следующему этапу испытания. Завязался разговор.

Вы, скорее всего, уже и сами пришли к выводу, что все наблюдения делаете вы сами. На мужчину надежды мало, он совсем вглубь не умеет взглянуть, а вот расхлебывать его увлечения придется родителям. Считаете, я придумываю? Ничуть. Как-то привел ко мне года два назад приятель своего брата Лешку, который и дышать уже не в силах в одиночестве, подавай ему ту, которая как-то в метро с ним познакомилась (сама, значит, что тоже немаловажно)...

Бросила я взгляд на фотографию и сказала: «Беги, пока не поздно». Но будущий весьма юный муж не бежал, а ее привел после ЗАГСа к мамочке и брату в дом.

Когда пришла жена в квартиру, то с первых слов стала приказы отдавать, и не только супругу своему, но и его матери и брату.

Кстати, вы, дорогие наши, тоже сами по фотокарточке сможете выявить, вы же сами феи и волшебницы, черты свахи вам от рождения даны, ибо нет более чуткого прибора,

чем материнское сердце (недаром родители молодых друг друга сватами зовут).

Не подумайте, что Травинка снова надолго отошла от темы, наоборот, я к ней прямиком и шагаю. Когда пришла жена Леши в квартиру, то с первых слов стала приказы отдавать, и не только супругу, но и матери его и брату. Брат (мой приятель) тут же с горя ретировался к прежней жене, поскольку из двух зол надо выбирать меньшее, есть такая пословица.

Ну, а их общая мать мне звонит-плачет: ах, ох, почему он вас не послушал, я не знаю, как и в кухню пройти, руками машет, ходит как солдат (соседи уже жалобу написали), а Лешке и слова не дает сказать...

Впрочем, вернемся к нашему подопечному, который жену решил выбрать. Вот завел он серьезный разговор со своей избранницей. И что же? Не клеится беседа, и все тут. Из-за пустяка «в бутылку» лезет милая незнакомка. И как это назвать, если с первых шагов такое... Обратимся к Андрею Алексеевичу...

Агрессия... — пояснил он. Есть такая, оказалась на месте.

Все сходится один к одному с наукою: если ваше мнение подвергается насмешкам, то это значит вы сами им и подвергаетесь, вас не считают за достойного высказать свое суждение. Конечно, некоторые мужчины, которым достанется такая особа в жены, может быть и говорить-советоваться перестанут со своей половиной, а то и к ларьку направятся, у которого к их мнению прислушаются, общий разговор пойдет...

Но мы для своего юноши, которым в данный момент негласно руководим и которому поможем выбрать славную жену, такого насилия над личностью не позволим!

Вот и Андрей Алексеевич считает, что без уважения даже дружба хромать будет, а уж о семье и говорить нечего — не сложится ни в коем случае такая, где одно-единственное мнение принимается за основополагающее и единственно верное.

Как-то он повстречался со всемирно известным академиком Дмитрием Дмитриевичем Положенцевым из Пулковской обсерватории.

— Представляете, Валентина Михайловна, — рассказывал он мне. — Уровень познаний академика в астрономии и

мой, десять лет назад. И что же? Он с вниманием слушал меня, и его ничуть не смущал мой, в общем-то, дилетантский подход к его любимой науке.

Другой бы и разговаривать не стал, услышав несколько моих фраз, да? А он с уважением отнесся к тому, что я пытаюсь разобраться в сложнейших астрономических вопросах, а потом стал рассказывать о том, что он постиг, во что влюблен, чему посвятил всю жизнь. Так интересно было слушать о его исследованиях, о его наблюдениях за движением Луны, Солнца, Земли. И что удивительно, не стал перечеркивать моих скромных познаний в мире звезд.

Я тогда вывод для себя сделал: настоящие ученые прислушиваются ко всему интересному с большим вниманием, даже если собеседник ниже по уровню знаний. Очень ценное это качество, уважать чужое мнение. А для семьи, по-моему, это один из самых необходимых связующих материалов.

Так что там поделывает наша парочка? Ну, молодцы, прямо обо всем забыли на свете: то один говорит, то другой, вежливо так уступая «трибуну» друг другу.

Такое взаимовыслушивание здорово пригодится им в семейной жизни, Ну что тут можно добавить? В добрый путь, милые наши влюбленные! Представляете, как обогатить духовно смогут такие молодожены друг друга! Да они станут разыскивать самые удивительные информации, чтобы домой их принести, половиночке своей дорогой поведать...

Пока они там воркуют, посмотрим, как дальше идет выбор невесты, и что там усмотрела следующая будущая свекровь... Так, сидит парочка напротив друг друга. Молодой человек, включите-ка свое сознание, как вам советует наш Андрей Алексеевич. Если вы подсознание не умеете позвать на помощь, то хотя бы поразмыслите чуток.

В какую сторону направлены туфельки ее, куда они смотрят? Это имеет, представьте, немаловажное значение. Так вот, если ступни-ножки ее глядят-поглядывают непосредственно на вас, то основа неплохая для семейной жизни уже имеется. Ежели они что-то стали разыскивать совсем не там, где вы сидите, то не задерживайте вашу собеседницу, ей давно хочется уйти.

Весьма интересна и такая вот деталь, которая, на первый взгляд, кажется совсем уж незначительной: как смотрит на вас человек? Сверху вниз (рис. 16)? О! Получается, что он

о себе очень высокого мнения, а вас, еще и не зная толком, в душе презирает. Вам это надо, чтобы вас так явно недооценивали?

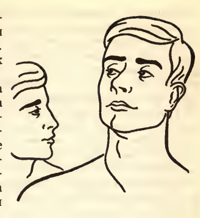


Рис. 16.

Но если она смотрит на вас снизу вверх, то готова подчиниться вам, склониться перед вашими способностями, познаниями. Не обижайте же ее своим невниманием, прекрасная спутница вам встретилась, и глаза ее, полные любопытства и желания вас послушать, будут вас звать из самой далекой командировки в тот дом, где она вас ждет не дождется...

Особенно чутко передают душевное состояние руки человека. Вот ваша красавица нервно покуривает (рис. 17) или прячет руки в карманы, постоянно в сумочке ими что-то разыскивает. Прислушайтесь, как пошел разговор, он вас трогает? Ничуть, потому что он перешел на абстрактную тему, как говорится, чтобы не молчать...



Рис. 17.

Ну и дела, ребяточки! Ну и задачку задал нам наш ученый автор, собеседник наш дорогой. Думайте, мол, когда станете выбирать, а не с бухты-барахты принимайте решение. Просто голова кругом идет от подробностей, и все тут! Век живи, век учись, научись распознавать, кто с тобою рядом, как он к тебе относится...

Выходит, любое движение души человеческой словно бы нарисовано в каждой его позе, в любом его жесте, только понимать такое надо, принимать к сведению, приглядеться-присмотреться, не удивляться, когда всякие болячки-хвори начнутся ни с того ни с сего. Как раз с того и берутся, что досаждает вам кто-то, кто близко находится, угнетает ваш дух, вот и тело старится бегом, раньше времени...

Подумать только: любой психотерапевт, дипломат, разведчик все знают, а мы с вами ничегошеньки! И мы, и наши детки. Потому и слезы горькие льем через год (а то и меньше) после свадьбы: был, мол, совсем другой, когда возле парадной-калитки часами ожидал... Значит, такой же и был(была), только мы о том не знали, не ведали...

Однако же не будем горевать-печалиться, коль скоро нам с вами представилась возможность встретиться с Андреем Алексеевичем, и с его советами и помощью постараемся кое-что подправить в судьбе детей-внуков, тем более все «рецепты» для хорошего климата в семье, которые он нам предлагает, имеют научное обоснование, выстроены на фактическом материале, а против фактов зачем же выступать.

Мы и не будем выступать, ни к чему такое бесполезное дело, а лучше пойдем-ка в ногу с нашим собеседником и продолжим постижение тончайшей и легко ранимой нашей психики...

Впрочем, остановимся-ка на одну минуточку, поскольку, вижу я, сомнение берет читателей. Я тоже поначалу просто понять ничего не могла о жестах-позах наших. Неужели так уж все и отпечатывается на них, как на фотографии?!...

Стала приглядываться к друзьям-товарищам, сверять замеченное с тем, что говорил Андрей Алексеевич, за собою стала следить, чтобы никто не заметил того, что мне не хотелось бы показывать другим. Уверена, что и у вас, друзья, тоже есть кое-какие черты, о которых бы вам не хотелось кричать на каждом перекрестке...

Ну, конечно, своими сомнениями поделилась с нашим ученым, откуда, мол, он такое придумал, где прочитал. Одним словом, выразила недоверие. Тогда он дополнительно все мне разъяснил. Так что у кого сомнения возникли, пожалуйста почитайте далее.

Один из учителей на Востоке научил меня входить в особое состояние и при этом видеть ауру человека. По

характеру рисунка, по цвету биополя можно определить болезнь, настроение, самочувствие на любой момент жизни.

Впоследствии я не стал прибегать к сложному входу в состояние ясновидения, а, учитывая опыт прошлого видения, просто наблюдал позу, походку, выражение лица, и картина становилась мне понятной.

Именно в таком состоянии (ясновидения) можно заметить, как у человека, дружелюбно расположенного к другому, идут потоки из сердечного энергетического центра (анахата-чакры) и из нижнего центра (муладхара-чакры).

И если человек закрывает руками (как нам кажется, случайно, невольно) эти центры или отворачивается в сторону, значит он не хочет передать своему собеседнику ни капли своей энергии. Любая поза человека, положение его тела как бы «рассказывают» о его энергетическом состоянии, а оно никогда не обманывает, поскольку это наша природа, наша суть в исконном, первозданном виде.

Я много читал об этом, сверяя свои наблюдения с учеными изысканиями. К примеру, в труде А. Пиза «Язык жестов» мне все было понятно, так как к тому времени я сам имел некоторый опыт.

Конечно, увидеть в жесте движение полей не всякому дано, но прислушаться к тому, что выверено практикой, а не только научными выводами, весьма и весьма полезно. Тем более, что знание о том поможет любому из вас, сделать правильный выбор спутника, построить крепкую семью, заблаговременно разведав многие черты вашей избранницы (избранника).

Вот теперь стало модно такое писать-произносить: познай самого себя, можно познать самого себя... Это непросто. Но стремиться к этому необходимо, этому надо учиться. Итак, будем учиться жизни, тем более что в настоящий момент нам надо выяснить досконально, какие изъяны в психике мужа либо жены (в будущем) могут превратить нашу семейную жизнь в ад, от которого и здоровью немало достанется худого...

И в связи с этим перейдем к советам по поводу именно жизненных сил тех, кто решил соединить свои судьбы, к здоровью, стало быть, к *физиологической, телесной совместимости* пары. Оно при выборе тоже имеет если не самое главное, то очень большое значение. Снова своими наблюдениями делится Валентина Михайловна.

Итак, наш молодой человек отправляется с нею на прогулку, выехали на природу. День солнечный, ветерок в спину, счастье в сердце, идут-летят по дороге без определенной цели.

Но что это? Еще и до лесочка не дошли, а она уже хныкать начинает: ах, не могу, ах устала, ой, ноги подкашиваются, не в силах шага шагнуть, давай вернемся, давай присядем... А ему хочется дойти до того дальнего леса, что синеет чуть левее от дороги.

Конечно, он уступает, и они возвращаются. Как будто бы ничего серьезного и не произошло... Ошибаетесь, потому что неприязнь некая уже поселилась в подкорке у молодца. Так ведь и ходить в походы разучишься или с другими пойдешь...

Теперь перестроим ряды, как говорится. Рассмотрим обратную ситуацию. Ей, молодой и прекрасной от счастья, захотелось не только дойти до той сопки, что километра за три от того места, где они остановились. Мало того, взобраться на самую вершину и посмотреть куда-то за горизонт...

Она станет на самой середине, распустит свои косы, и тогда ветер (он там сильнее, чем здесь, на равнине) развеет их, тонкие и золотистые. Он не видел их, потому что она не расплетала их никогда при людях, еще бабушка ей говорила: девушке такое не положено, вот станешь женою...

Вот она уже мчится вперед, далеко отстал ее солидный кавалер. Он несколько медлителен, не пьет, не курит, просто обворожил маму и тетку, да и бабуля впервые одобрила ее выбор...

Но где же он? Она повернула обратно. И теперь увидела, что он устал. Пот льет ему за уши, а животик не дает развить скорость. Да ему и не взобраться на горушку вовсе, задохнется, наверное... Почему-то тяжесть подступает к сердцу, будто ей трудно идти... да, ей жаль его.

Ни с того ни с сего исчезает легкость, что еще минуту назад наполняла душу, непонятная скука вдруг одолевает ее. Да, надо повернуть к станции, и немедленно, а то они и к электричке не успеют.

Вывод такой же, как на предыдущей прогулке, да? Вполне возможно, она пойдет за него замуж, но впечатление от вышеописанной прогулки никуда не исчезнет, потом на данное впечатление еще что-то наслоится на такую же тему,

и все... Где-то в глубине подсознания появится неуважение и жалость.

Не знаю, как вы, а я вполне уяснила: очень даже немаловажно, чтобы состояние здоровья было на одном уровне у будущих молодоженов. И то ведь, мало того, что и в поход вместе не отправишься, но тот, кто послабее, станет вампирить, высасывать силу у другого. Есть такая пословица: брат любит сестру богатую, а муж жену здоровую. Полезное замечание...

А сейчас поговорим о *социальной совместимости*. Что бы это значило?

Как показывают исследования Андрея Алексеевича, материальный фактор должен присутствовать уже потому, что отношение к вещам (мебели, машине, квартире) должно быть примерно равное, а то разногласия начнутся сразу же.

Конечно, совсем неплохо, если имеется в наличии квартира, зарплата, на которую можно прожить, не занимая в долг. Тем более, что и подруг-друзей стыдно станет, если шубку не на что купить будет своей красавице молодой или, скажем, джинсы модные не по карману окажутся...

Бывает, что люди создают союз на основе социального положения невесты и жениха, но смотреть на такие пары грустно.

Конечно, не в деньгах счастье, но и без них не сладко, особенно когда детки пойдут, правда ведь? Так что, скрепя сердце, примем во внимание и данную сферу совместимости.

Просто не знаю, как и приступить к следующему виду совместимости. Вопрос крайне деликатный, но мы постараемся выражаться не столь откровенно, как делает это писатель Эдик Лимонов.

А начнем давайте с изысканий-исследований, в которых наш Андрей Алексеевич весьма силен и компетентен.

Говоря о здоровье, нельзя обойти *сексуальную* сторону вопроса. Огромную роль играет работа эндокринных желез, и если именно в этой области что-то будет не в порядке, то ни о какой совместимости не может быть и речи, потому что именно интимные отношения между супругами могут стать фундаментом будущей семьи.

Статистический анализ (как у нас в стране, так и за рубежом) разводов, обращений супружеских пар к психотерапевтам, к сексопатологам, говорит о том, что в основе

большинства размолвок, скандалов, ссор и неурядиц в семье, лежит дисгармония сексуальных отношений. К сожалению, это так. Это первый этаж, это фундамент, и если он будет крепким, такой семье ничего не страшно.

Вот что пишется в одном труде: никакая женщина не может себя реализовать, если ее не дополняет мужчина. И наоборот.

Стоп! Прервем-ка на минуту чтение, ибо у меня есть кое-какие сомнения, касающиеся данного утверждения. и даже возражение, адресованное создателю данного фолианта... Прекрасная, должно быть, теория, но с жизнью ее далеко не всегда можно соотнести. Я вот хочу несколько опровергнуть его (утверждение) от имени тех женщин, которые очень даже распрекрасно себя во всем реализовали без участия необходимых для того, как утверждает создатель учения, мужчин. Потому как раз и реализовали в превосходной степени, что не было рядом (не мешались под ногами, значит) вышеупомянутых товарищей из второй (намного меньшей) половины человечества.

Конечно, тут наш собеседник может мне возразить: мол, в каждом правиле имеются исключения. Но, на мой взгляд, исключения в данной ситуации столь многочисленны (особенно на одной шестой части суши, которая в основном нас и интересует), что они могут вполне сойти и за правило.

Таким образом, оставим вопрос открытым и предоставим читателям альтернативу: пусть сами выбирают любую версию, какая нравится. Так что, милые наши люди, примемся-ка выбирать, исходя из жизненного вашего опыта...

Сейчас разговор наш продолжит лучший из мужчин, ради которого некоторые женщины с удовольствием бы поменяли свои позиции, свои убеждения по поводу того, что можно самореализоваться, мол, и без помощи противоположного пола (без участия его в реализации своих возможностей, значит). Было бы побольше таких, так и в голову бы не пришла многим из прекрасного пола данная идея (реализоваться без помощи)... Вы уже догадались, берет слово Андрей Алексеевич, чтобы защитить братьев по полу...

По восточным понятиям, мужчина олицетворяет собой небо, а женщина — землю. Союз между ними и есть соединение неба с землей. И именно в этой ячейке, в таком союзе и может каждый из них самореализоваться.

Вспомните, А. С. Пушкин, Бальзак, Жорж Сименон и многие-многие другие черпали свое вдохновение в любви к женщине. Без обмена энергии (женской и мужской) не может быть никакого творчества. И только в том случае, когда колесо это разгонится, достигнет самых больших скоростей, тогда и возникает творческий порыв: человек нарисует прекрасную картину, любоваться которой станут тысячи и тысячи; придумает то, что удивит мир (как Попов, скажем, изобрел радио).

На низких скоростях не получается гениальных открытий. Такое практически невозможно! Вполне допускаю, что кто-то из читателей и не согласен с таким утверждением, но я хочу сказать: не надо скидывать со счетов несколько костяшек, которые относятся к *физиологическим потребностям*.

В противном случае, будет, скажем, не десять костяшек, а всего лишь семь. Человек есть человек, и ничто человеческое ему не должно быть чуждо. Вспомните Рамакришну... Жрица обучала его многим-многим премудростям, но основной «прорыв» произошел у него после общения с нею самою, через познание женщины, ее тепла, ее энергии.

Только ощутив максимально этот энергообмен, можно затем перейти к воздержанию, скажем, к накоплению энергии. И не познав такого, человек не в силах понять другого. И действительно, как человек, не прожив этот жизненный опыт, может оценить поведение кого-то, например... Дон-Жуана? Он никогда не сможет этого сделать, а вот Дон-Жуан был бы способен, потому что он познал и ощутил тот жизненный заряд, что дала ему прекрасная женщина, именно она открыла ему мудрость познания, красоту мироздания, чудо творчества, которое можно увидеть в самом малом...

Приведу очень простой пример. Разве я могу вам объяснить, как пахнет роза, если вы ее в природе никогда не видели и не нюхали? Нет! Как можно передать запах словами?

Господь дал нам общение, соединение полов, а раз дал, значит, надобно пользоваться. Зря ничего не дается!

Перечитывайте Евангелие почаще, вот уж настоящий бальзам для души нашей. Многое там написано будто для каждого дня...

Пусть извинит меня Андрей Алексеевич, но я просто кожей издалека чувствую, что некоторые интеллектуальные читательницы шокированы, поскольку их поставили чуть ли не в рабскую зависимость по отношению к мужчине, без которого якобы наши сударыни не способны на великие открытия и т. п...

Мы уже беседовали на данную тему, но тогда вопрос остался открытым как бы... Но вот появились «костяшки» (которые ни коим образом нельзя сбросить со счетов) под названием «физиологические потребности», и сразу же, в одно мгновение, все встало на свои места, все прояснилось, как божий день!

Милые мои соотечественницы! Как раз от наличия данных костяшек в нашем организме все и зависит. Просто-напросто автор наш по молодости своего возраста, видимо, не встречал этаких, у кого всего-навсего семь или чуть менее костяшек, не в курсе, стало быть, что они тем не менее прекрасно обходятся, имея такое количество упомянутого. Вот и все! На нет и суда нет, всем известно!

Так что, милые мои, будем открывать, созидать, творить, сочинять на самом высшем уровне развития гомо сапиенс и заткнем мужичков отечественных и иных за пояс в этом плане!

Что же касается господних подарков, названных выше, то не станем мы возводить хулу на Него за то, что некоторым из нас они и не достались, дары, выходит...

Ну все! Мир достигнут, и мы готовы с еще большим вниманием читать последующие странички, предназначенные для тех, у кого и подарки имеются, и костяшки в энном количестве (десять и более!) в наличии. Пусть они почаще общаются, коль так повелел Господь! Пусть наслаждаются, коль и наука того требует!

Да, если мы стремимся к полноте жизни, нужно просто жить. Все то, что природа, Бог сотворили для нас, нужно использовать.

Чувствования (секс), любовь также даны нам свыше, и не надо отворачиваться от них. У мужчины в интимных взаимоотношениях доминируют активность и твердость, у женщины — пассивность и мягкость, так предопределено самой природой.

При слиянии полов происходит воссоединение целого, единого, совершенного. Те, кто считает секс только супружескими обязанностями, самоутверждением или спортом, не могут ощутить единения с другим человеком, и поэтому не способны соприкоснуться и с собственной душой.

Часто такие люди боятся общения с противоположным полом, им страшно даже взглянуть в потаенные уголки своей души. Их пугает все противоположное, они отрицают все новое, что они могут обнаружить в самих себе.

Надо помнить и знать, что в каждом мужчине имеются черты, присущие женщине (70% тестостерона — мужских гормонов — и примерно 30% женских — экстрагенов). И в каждой женщине есть то же самое, мужское и женское начало, только соотношение гормонов обратное.

Обнаружить-почувствовать в себе эту двойственность, которая выражается в чертах характера, в поведении, привычках, телосложении и т. п., значит постигнуть единение «двух полов в одном».

Если человек отрицает наличие у себя противоположных своему полу признаков, то это значит, что он закрывает себе путь к обретению целого, закрывает путь в царство небесное.

Мы как биологические существа нуждаемся в продолжении рода и осуществляем это биологическим взаимодополнением. И вот ошибки в осуществлении этого закона ведут к болезням, стрессам, к несчастью.

В чем заключаются наши промахи (ошибки)? Самые распространенные заключаются в том, что мы не учитываем элементарных истин. Допустим (если схематично), один биологический индивид, назовем его «А», нуждается в другом, пусть это будет «В». Но индивид, названный нами «А», считает себя неким «С», и ему якобы может подойти в партнеры, как ему кажется, только какая-то (придуманная им самим) «Д». И вот он начинает эту самую «Д» склонять к браку. Достиг цели. Поженились. Но такой союз недолговечен. Почему? Если вы внимательно читали, то уже все поняли.

Да, с неправильного представления первого индивида о своих качествах началась цепочка ошибок. Мы назвали их биологическими, то есть накрепко связанными с природой данного человека (индивида «А»). Потому и соединение «А» с «Д» с самого начала было обречено и оно (этот брак) дает трещину в первый же год, а то и намного раньше.

Самое главное тут вот в чем: надо вовремя снять маску и узнать самого себя, понять, почувствовать, кто же ты есть на самом деле, что тебе по плечу, с кем ты сможешь быть в паре.

Таких неверных соединений, когда «А» ведет под венец вместо «В», которая положена ему по биологическим природным признакам, некую «Д», на каждом шагу пруд-пруди, потому и рвутся связи, которые противны, противопоказаны природе, потому и рушатся семьи, потому и появляются на свет больные дети.

Мы нарушаем законы космоса и не замечаем того, не понимаем их, не способны ощутить неотвратимость их в судьбе каждого из нас. Мы сами, не ведая, что творим, рвем ту тончайшую ниточку, что незримо связывает биологически принадлежащих друг другу людей, сами это совершаем, потому что отошли от законов, что царят во Вселенной, вместо того, чтобы подчиниться им.

И чтобы не так часто ошибаться, надо учитывать закон полового притяжения, который гласит: самым благоприятствующим длительному поддержанию уровня половой активности является режим наиболее тесного соответствия между активностью и конституционными данными мужчины и женщины.

Как же стать грамотным в этом вопросе? Я привожу таблицу векторов половой активности. Изучая ее, вы сможете узнать о себе много полезного и, что не менее важно, о человеке, с которым собираетесь связать свою судьбу.

Цифровые данные, что вы видите в графах таблицы, рассчитаны учеными, профессионалами. Здесь помещены фактические материалы. Тут твоя природа, твои признаки силы либо слабости, поэтому следовать тому, что есть в таблице, значит приобщиться к природе, которая одарила человека теми или иными качествами, не перечить им, не придумывать о себе невесть что, чего часто и вовсе нет и быть не может в тебе в силу твоей конституции.

Да, нелегкую задачу задал нам Андрей Алексеевич. Общайтесь, мол, и никаких гвоздей. Самому Господу то угодно. Пользительно для здоровья и весьма. Вы, небось, удивились, прочитав последнюю строчку, хотя, несомненно, кое-что и слышали о таком: вредно жить одной (либо одному),

Таблица 2

Шкала векторного определения половой конституции мужчин

Векторы	*Конституция*								
	Слабая			*Средняя*			*Сильная*		
	0–1,5	1,6–2,5	2,6–3,5	3,6–4,5	4,6–5,5	5,6–6,5	6,6–7,5	7,6–8,5	8,6–9
Пробуждение либидо (годы)	17 и позже	16	15	14	13	12	11	10	9 и раньше
Первая эякуляция (годы)	19 и позже	17–18	16	15	14	13	12	11	10 и раньше
Трохантерный индекс	≤1,85	1,86–1,89	1,90–1,91	1,92–1,94	1,95–1,96	1,97–1,98	1,99	2,0	>2,0
Оволосение лобка	Редкие пушковые волосы	Горизонтальные по женскому типу	Тенденция к горизонтали	По мужскому типу			По мужскому типу с гипертрихозом		

4 Зак. № 623

Таблица 2 (продолжение)

Векторы	*Конституция*								
	Слабая			*Средняя*			*Сильная*		
	0–1,5	1,6–2,5	2,6–3,5	3,6–4,5	4,6–5,5	5,6–6,5	6,6–7,5	7,6–8,5	8,6–9
Максимальный эксцесс, число эякуляций	0	2	3	4	5	6	7	8	9 и больше
Время вхождения в полосу УФР после женитьбы (годы)	—	«медовый месяц»	1	2–3	4–5	6–10	11–19	20–29	30 и больше
Время вхождения в полосу УФР (абсолютный возраст)	—	до 22	23–26	21–31	32—36	37–40	41–45	45–50	51 и больше

Примечание к таблицам 2 и 3:

Трохантерный индекс – отношение роста к длине ноги,
УФР – условно физиологический ритм.

Таблица 3

Шкала векторного определения половой конституции женщнн

Векторы		*Конституция*								
		Слабая			*Средняя*			*Сильная*		*Патология и редкие конституциональные варианты*
		0–1,5	1,6–2,5	2,6–3,5	3,6–4,5	4,6–5,5	5,6–6,5	6,6–7,5	7,6–8,5	8,6–9
Менструальная функция	Первая менструация (годы)	17 и позже	16	15	14	13	12	11	10	9 и раише
	Регулярность менструаций	Аменорея или единичные редкие меиструоции	Длительные нарушения цикла без видимых внешних воздействий	Норушения только при неблагоприятных воздействиях	Регулярная без патологии					Норушения менструальной функции
Детородная функция	Сроки иаступлеиия беремеиности после начала половой жизии	—	10 лет и дольше	3–9 лет	1–2 годо	3–6 мес	1–3 мес	Даже при контрацепции		—
	Характер течения беремеиности	—	Невынашивоиие, тяжелая патология беременности, мертворождения	Угрозо прерывания, патологическое течение, токсикозы беременности	Легко протек. токсикозы беремеин	Нормолное течеиие				—
Трохантерный индекс		1,88	1,89–1,93	1,94–1,96	1,97–1,98	1,99	2,00	2,01–2,02	2,03–2,04	2,05

Таблица 3 (продолжение)

Векторы		Конституция								
		Слабая			Средняя			Сильная		Патология и редкие конституциональные варианты
		0–1,5	1,6–2,5	2,6–3,5	3,6–4,5	4,6–5,5	5,6–6,5	6,6–7,5	7,6–8,5	8,6–9
Характер оволосения		A_0P_0	A_1P_1	A_2P_2	По женскому типу A_3P_3			Тенденция к муж.	Мужское	Мужское с гипертрихозом (гирсутизм)
Пробуждение эротического либидо (годы)		≥17	15–16	14	13	12	11	10	9	8 и раньше
Первый оргазм	В возрасте (годы)	—	35	31–34	26–30	21–25	18–20	15–17	12–14	11 и раньше
	Время после начала регулярной половой жизни	—	10 лет	3–9 лет	1–2 годо	6–11 мес	2–5 мес	1 мес	До нач. рег.пол. жизни или при первом контусе	До контакта с партнерами
Достижение 50–100% оргастичности	В возрасте (годы)	—	40	35	30	25	20	19	18–16	15 и раньше
	Время после начала регулярной половой жизни	—	10–15 лет	5–9 лет	3–4 годо	1–2 годо	6–11 мес	2–5 мес	1 мес	Сразу с начала половой жизни

можно даже для самочувствия (если не для продолжения рода) сыскать кого-то. И библию читайте, там о том же пишется...

Итак, продолжим разговор о *сексуальной совместимости* двоих, что важно не только при выборе супруга, но и вообще возлюбленного. Не волнуйтесь, к здоровью это имеет самое непосредственное отношение.

Если вы помните, то наша парочка продолжает познавать друг друга, пользуясь значением той или иной позы, жеста, привычки и т. п.

Итак, вот какие достоверные и проверенные научно факты имеются, например, об избранницах на почетную должность «жена», ежели они курят...

Если женщина курит, это значит, что у нее не реализована половая потребность. Многие знают, что сигарета — фаллический символ, а табак — яньская энергия. Вот и выходит, что у нее нехватка такой именно энергии. Вместо того, чтобы получать такую энергию естественным путем, она пытается восполнить ее при помощи курения. Курящий мужчина — это совсем другое.

И еще хочу добавить, сексуальная совместимость с мужчиной может сама по себе вылечить самые серьезные функциональные заболевания женщины. И способ этот не только простой, но и естественный. И знаете как? Запахом! Да, да, запахом всего лишь...

И вот, если у женщины какие-то нарушения в области гинекологии, то ей надо три раза в день — утром, днем и вечером — вдыхать пот под мышкой у ее любимого мужчины, всего три минуты каждый «прием». И все! И это будет для нее самым эффективным лечением. Вы наверное замечали, что некоторые женщины любят уткнуться головой под руку мужчины во сне (вдыхая запах потовых желез)? Такое не случайно вовсе, потому что именно в состоянии сна приходит к нам наитие, и мы поступаем безошибочно...

Не буду голословным и, чтобы погасить сомнения некоторых из читателей, приведу пример. Делались специальные опыты. Было набрано несколько групп женщин с нарушением менструального цикла (непериодичность, более 33 дней и другое). И вот гигроскопической ватой собирали пот у здоровых мужчин после тяжелой физической работы (под

мышками) и затем три раза в день смачивали верхнюю губу у женщин так, чтобы оставался пот прямо под носом.

И представьте себе, через 12–14 недель у женщин проходили всяческие нарушения, восстанавливался цикл. Мало того, они *излечивались от бесплодия*! И не надо никаких гормональных препаратов, выбросите их! Подышите, и сами убедитесь в том.

Что же происходит, почему такие глобальные результаты у этого простого и доступного любой женщине способа? Все дело в том, что именно в потовых железах имеются половые гормоны, атрактанты. Потому и помогает даже просто нюханье, вдыхание через нос. А далее все попадает в кровь и разносится куда надо.

Так что не нужно придумывать велосипед, покупать дорогие лекарства. Спите вместе, уткнувшись носиком под мышку мужчины, которого вы любите, и все! Пройдут у вас все болезни!

Тут к месту сказать о ночных позах, они о многом могут рассказать. Если супруги спят обнявшись на узкой кровати, и им не тесно, значит все в порядке, у них хорошие отношения. И, пожалуй, только один этот тест перекрывает все остальные. Они совместимы лучше некуда.

Когда же мужчина и женщина спят спиною друг к другу, ну тут и говорить нечего, все понятно и без слов. Никакого интереса нет у них друг к другу. И если бы вы мне задали вопрос, почему же именно такая поза говорит о чуждости, я так отвечу: кровать некоторым образом символизирует утробу матери, это гнездышко, где все комфортно, это ложе, и как там ведет себя человек, когда нет никакого сознания (когда он в состоянии сна), когда его позы соответствуют его душевному настрою, значит, такие отношения и есть между этими двумя людьми.

Именно в таком бессознательном состоянии проявляются и другие черты взаимоотношения между мужчиной и женщиной. Если во время сна кто-то из них пинает другого, как будто бы случайно, либо локтями толкает, такое говорит только об одном, о сильной агрессивности. Казалось бы, случайно, вроде бы во сне, но, увы, на самом деле ничего случайного не бывает, просто днем люди стараются скрыть, и какое-то время это им удается.

Впрочем, пора подвести некоторые итоги. Предварительные, хотя бы. Теперь, чтобы все встало на свои места, я хочу

вам перечислить семь пунктов, семь уровней совместимости. И если такое совпадение произойдет, то это и можно будет назвать любовью.

Первое. Сексуальная совместимость и физиологическая. Темперамент одинаковый, тогда все в порядке (смотри таблицу).

Второе. Отношение к материальному, к вещам, к деньгам и т. д. Если один любит вещи, а другой не придает им никакого значения, ссоры начнутся сразу же после медового месяца.

Третье. Биоэнергетическая совместимость. Мне, скажем, нравится просто держать женщину за руку или находиться рядом. Или настолько сильная биоэнергетическая близость, что мы с нею спим обнявшись, а не спиной друг к другу. И нас постоянно пересекает энергия.

Четвертое. Интеллектуальная совместимость. Один и тот же подход к доказательствам, то есть способность что-то обсуждать, а не отмахиваться и не утверждать, что мое мнение, мол, — последняя истина.

Пятое. Супруги одинаково понимают смысл жизни.

Шестое. Душевная совместимость. Оба интересуются законами космоса и природы.

Седьмое. Космическая совместимость, которая выражается в том, если можно так сказать, что двое на самом высоком уровне воспринимают причинно-следственные связи, понимают, что нет ничего случайного в нашем мире.

И вот, если есть совместимость по всем семи уровням, то можно не сомневаться: этих людей ничто и никто не может разъединить.

Попробуем представить человека, с которым мы хотим связать свою жизнь либо подружиться (без чего и семьи-то быть не может!) в виде треугольника, в каждой из вершин которого находится одна из сфер жизни: это физиология, здоровье; затем психика, эмоции. И третья — социальная (рис. 18). И если два человека совмещаются, то, наложив один треугольник на другой, вы не увидите никаких зазоров. Чем меньше зазоров при таком совмещении треугольников (посмотрите на рисунок), чем больше совпадений по указанным сферам, тем прочнее связь, тем крепче она и органичней, тем она долговечнее. Таким вот образом можно узнать, совместимы ли вы.

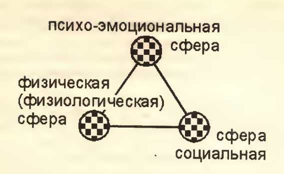


Рис. 18. Представление человека в виде треугольной матрицы

...Странно-странно, как-то не вижу в прожитой дали этаких треугольничков, без зазоров которые... Побежали-помчались мои воспоминания по разным домам и весям, где довелось мне погостить-побывать, и словно стали они (воспоминания) выставлять парадом семьи, чуть ли не с детства знакомые: на, мол, посмотри-полюбуйся на нас, какие мы пораненные да давным-давно не в полном составе, да что получилось из пламенной любви...

А если вернуться в сегодняшний день, то и тут сразу найдется примерчик о том, что если один из перечисленных пунктов не будет работать на усиление перемычки, то вскоре и разойдется по швам светлая одежда любви, если в таковую решено было приодеться...

Есть у меня приятель, все вроде бы на месте у него: высокий, силы преогромной, ведет здоровый образ жизни (здоровее некуда, потому как утверждает, что даже одной чарочки нельзя испить в праздники!), практик, делает попытки разобраться в высоких материях. Одним словом, просто трудно и представить лучшую кандидатуру на пост спутника жизни, казалось бы.

Если все его черты наложить на данные нашим автором уровни, то почти все сойдется один к одному (с его стороны!) Но это «почти» довольно серьезное. Как только начинается беседа на тему четвертого и шестого пункта, так все, полное несовпадение.

Мало того, он просто подавляет меня своими познаниями законов физики, не говоря уже о том, что свое мнение считает более верным, чем мое. И, помню, на днях сказала себе: стоп, хватит спорить, потому как это навязывание мнения стало меня раздражать, хотя я, как правило, человек мирный. Тут как раз по его физике и получилось: действие вызывает противодействие.

После такой беседы стала я читать текст про уровни, и тут все и прояснилось: да от такого несовпадения у меня через две недели голова разболится!

А вчера на моей лекции подошла женщина и говорит: что мне с ним делать, не знаю. Пока не доведет меня до слез, пока не увидит, что я валерьянку капаю в рюмочку, не остановится муж, так вот всю жизнь и ссоримся, а теперь еще сильнее, чем прежде...

А что делать, если жизнь прожита, если квартира общая, дети тоже свои родные, внуков несколько...

Вот не акцентировал Андрей Алексеевич, когда называл проценты разводов за год, в каком возрасте расходятся-разводятся, а ведь именно такие данные намного лучше подтвердили бы его ученые исследования, в результате которых и появились данные семь пунктов. Когда рушатся семьи через тридцать-сорок лет — это страшно, потому что поправить уже нельзя ничего...

Так что, дорогие мои сограждане, перечитайте еще и еще разок повнимательнее те советы-пунктики, о которых мы ведем сейчас беседу, изучите их, и, может быть, следуя им, сумеете уберечь молодые семьи от крушения... Те семьи, которые рядом с вами, родные, стало быть, и самые дорогие!

Что там кивать на Ивана или Петра, если на обломках моего первого семейного дома можно разыскать (и вовсе не трудно) один из перечисленных пунктов. Вот он, среди черных головешек валяется тот бокал из-под шампанского, из которого мой юный спутник готов был пить вино долго-долго, а я по глупости-неразумности не желала...

А теперь Андрей Алексеевич хочет кое-что интересное рассказать нам о мужчинах.

Я думаю, что каждый мужчина хочет иметь больше мужественности. И сейчас дам именно им совет, потому что мужчины — более слабые биологические существа (до пер-

вого года жизни умирает больше мальчиков, чем девочек), они более ранимы, они более несовершенны. Поэтому, если мы укрепим именно это слабое звено цепи, то тогда связка будет крепче, и она выдержит наибольшие нагрузки.

Что же нужно знать для того, чтобы сделать супруга более мужественным, чтобы он сам таковым становился?

Первое. Если у мужчины повышенное содержание гормона пролактина, секретируемого, то есть вырабатываемого в передней доле гипофиза, то начинают наблюдаться отчетливые поведенческие сдвиги, и мужчины становятся в большей степени импотентами.

Если, например, удалить железу, в которой вырабатывается пролактин (хирургическим путем), то это приводит к восстановлению потенции. Но не будем заниматься трепанацией черепа... Ведь такие операции могут дать и побочный эффект. Что же делать практически?

Существуют самые простые и действенные способы восстановления уровня пролактина до нормы. Поменьше спать, потому что он вырабатывается как раз во время сна. Поменьше есть, потому что он вырабатывается после еды. И третье — заняться новым или каким-то другим творческим делом, которое и поможет поменьше спать и меньше есть! И тогда получается, что ретикулярная формация головного мозга начинает функционировать, что также приводит содержание пролактина к норме.

Как получается избыток пролактина? Очень просто. Вы приходите в гости, там вас кормят как дорогого гостя (обильно), после чего вам хочется соснуть, естественно. Вот вы прилегли на несколько минут. И так как вы превысили обычную норму питания (хозяйка постаралась накормить вас вкусным, жирным и к тому же в большом количестве), тут-то и начинает вырабатываться этот гормон.

У вас откладывается на подсознательном уровне: здесь (в этом доме) вас ждет некий такой кайф, и вы стремитесь к нему. И вот вы уже привязываетесь к этому хлебосольному дому, который берет вас в свой полон. Как вы помните, путь к сердцу мужчины лежит через желудок. Это вполне научное выражение, а не просто какая-то народная мудрость.

Второе. Мужчинам следует знать о воздействии тепла. Я уже касался этого момента, но повториться необходимо. Близкое взаимное расположение главной артерии и вены

семенника обуславливает переход тепла из первой (то есть из артерии) во вторую (в вену), в результате чего содержание мошонки имеет меньшую температуру (вот что нужно знать!!), чем органы брюшной полости.

Если мошонка прижата к брюшной полости, то большинство зародышевых элементов семенников (от повышения температуры даже на десятую долю градуса!) оказываются функционально неполноценными. Повышение температуры семенников всего на 1 градус является причиной регрессии сперматозоидов, и вот уже мужчина не способен к оплодотворению, а это сказывается на поведении, на поведенческих реакциях. Вывод: мужские плавки, особенно синтетические приводят к импотенции и инфантильности, поэтому носите семейные трусы.

Третье. Следует избегать радиационного облучения. Радиация в больших дозах убивает сперматозоиды, а в меньших дозах может вызвать мутации. Значит, поменьше надо находиться возле телевизора, радио, радиотелефона и т. п. Как уменьшить такое облучение? Выезжайте почаще на природу и пейте зеленый чай!

И четвертое. Лекарственные препараты и токсины. Доказано, что многие лекарственные вещества и токсины нарушают сперматогенез, то есть выработку сперматозоидов, и некоторые из них были изучены как возможные мужские контрацептивы. В целом они оказались высокотоксичными и в ряде случаев, например азотистые, предмутагенными. Поэтому пользоваться медикаментами надо лишь в крайних случаях, когда без них не обойтись по показаниям врачей.

Лечитесь травами! Пользуйтесь природными средствами оздоровления и профилактики. А о вреде обильной еды для мужчин мы еще поговорим, поскольку она вредит не только их здоровью, но и потенциальным способностям, конечно же, может разрушить самую крепкую семью.

Да, очень много написано и сказано на эту тему, о прочном домашнем очаге. Есть люди, которые прекрасно разбираются в вопросе взаимоотношений между мужчиной и женщиной. Но опыт, который я накопил, исследуя семейные перипетии, изучая причины многочисленных разводов, раздоров между супругами, я надеюсь, не будет лишним. Особенно для тех, кого эта тема волнует, тревожит, кто не может понять, почему брак оказался столь кратковременным и несчастливым с первых же дней...

Конечно, необходимо сразу же подчеркнуть, что фактор времени интересует в основном тех, кто решил создать семью, ведь долговечность брачного союза зависит от обоих.

Да, нужна кропотливая работа двоих по тем направлениям, о которых мы беседовали с вами ранее, работа по укреплению всех вершин треугольника, то есть всех тех сфер, о которых шла речь, с тем чтобы как можно меньшим был зазор, та трещина, которая будет неумолимо расширяться, ежели вы перестанете беречь найденное, обретенное вами семейное счастье.

Теперь у нас исчез институт сватовства, редко (особенно в городе) можно разыскать хануму, так что дело подбора пары находится в наших руках.

Конечно, что и говорить, без опыта очень трудно разыскать свою половинку на земле. И потому мне хочется снабдить вас для поисков некоторыми способами, методиками, которыми пользовались когда-то свахи, когда подбирали невесту для молодца. Вполне возможно, что многие сумеют освоить их и воспользоваться ими.

Думаю, что такие сведения небезынтересно узнать, чтобы поменьше делать ошибок. Ведь если коснуться истории вопроса, то потому и крепкой была держава российская, что почитались семейные традиции, прочной была ячейка, домашний очаг...

Что мы читаем в Библии на эту тему? «Собирают ли с терновника виноград или с репейника смокву? Так всякое дерево доброе приносит и плоды добрые, а худое дерево приносит и плоды худые. Не может дерево доброе приносить плоды худые, ни дерево худое приносить плоды добрые»[1].

Это, конечно же, о совместимости. А теперь о тех симптомах, которые учитывались свахами. Если вы их сумеете понять и освоить, то не надо спешить к экстрасенсу или нынешней бабке с тем, чтобы узнать, будет ли брак счастливым, вы сами лично и сможете разобраться во всем. Итак, симптомы-признаки, изучайте их, коль скоро и вас беспокоит безотцовщина, что сделала тысячи и тысячи детей ущербными, ваших детей, ваших внуков...

---

[1] От Матфея. Гл. VII стих 16—18.

Симптом первый. Разводы. Если родители вашего избранника (либо избранницы) разведены, то это, как правило, обозначает, что либо отец ненормальный у него, либо мать ненормальная, а может быть, они и оба ненормальные. Значит, у детей тоже будут разводы. Это как проклятие, которое передается из рода в род. Чувствую, вас удивила эта фраза? И Валентина Михайловна что-то заволновалась...

...Как же так, почему такое происходит с нашими-то современниками, отчего наблюдается этакое сумасшествие: что ни семья, то не в полном составе, причем поколения два-три так вот и разводились...

И детишек жаль неимоверно: ребенок без отца всегда сирота, хоть и мама с бабушкой его лелеют, кормят сладостями вовсю. Сидит иной, вкушает всякое этакое редкое, которое только для него доставали, а все же, как волчонок, все в лес поглядывает: а когда же мой папка приедет, спрашивает, потому как ему еще пятилетнему такую информацию дали, что отец его в командировке длительной находится.

Что же такое произошло, почему развелось видимо-невидимо у нас малышей несчастливых, которые и отца-то в глаза не видывали?

Неужели во всем виновато родовое проклятие?! И точно ли сумасшествием, ненормальностью предков можно такое объяснить?!

Вам, я думаю, слова нашего собеседника показались чересчур резкими... А впрочем, волноваться будет и не о чем, если сделать небольшую коррективу по поводу сказанного. Дело в том, что наш любезный автор говорит о тех временах нашего существования на планете, когда имело место почитание старших и особенно родителей (как вы догадались, тогда их не «сдавали» в дом престарелых), а старшие, то есть родители радели о том, чтобы и младшие, стало быть, дети их единокровные, тоже по таким же законам жили, в уважении друг к другу.

Для того и по данной причине обращались они к мудрым женщинам под именем сваха, чтобы те зорким оком своим получше, чем все они, рассмотрели суженого (суженую), которого поджидали в каждом доме для имеющейся в нем красавицы молодой (либо молодца).

Как вы заметили, слова «судьба», «суженый», «присудить» один корень в основе имеют. Мы, правда, с вами не только значение их подзабыли, но и о самих корнях запамятовали начисто, а ведь именно корень дает жизнь дереву.

Теперь берем быка за рога и проясним сказанное, отчего слова автора покажутся вам вполне лояльными и полезными для нас. Так вот в те ставшие древними времена пойти против воли родителей, против того, что присуждено человеку (не по злой воле, а при поиске наилучшего варианта, чем занимались вышеупомянутые свахи), считалось не только великим согрешением, но и потерей в какой-то степени логики, то есть разума.

Если поискать в книгах о том, как жили люди раньше, то сразу таких персонажей и найдете. «Был он как бы не в себе, семью оставил и детей своих малых»..., «А Иван, младший сынок ее, разум потерял, детишек покинул и женку молодую»...

Симптом второй. Семейная жизнь родителей. Если родители жили счастливо, то и дети у них будут хорошие. Если же ваша теща жила с мужем как кошка с собакой, то и у вас с женой будет не жизнь, а кавардак. Поэтому-то о невесте всегда спрашивали: а из какой она семьи? Как будто бы азбучная истина, но в наше время никто не интересуется такой информацией. И через три недели опять развод.

Симптом третий. Братья и сестры. По этому поводу вот что говорится в Талмуде: мужчине рекомендуется «ознакомиться с характером братьев своей будущей жены, так как его сыновья будут похожи на этих братьев». Здесь можно добавить, что посмотреть нужно не только на братьев, но и на сестер, потому что такими будут ваши дочери.

Почему же надо смотреть на братьев и сестер? А вот почему: если один ребенок был с какими-то проблемами (пробелами), то и других ожидает такое же. Выявляться это будет в разных формах, зачастую после наступления половой зрелости. Поэтому, если вы женитесь на старшей сестре, а младшая с каким-то дефектом, то будьте уверены, что у вашей избранницы может тоже что-то проявиться. Кроме того, известно, что каждый последующий ребенок более ослаблен как в психоэмоциональном плане, так и в физиологическом, а каждый аборт считается за рождение.

Симптом четвертый. Все остальные родственники: дедушки и бабушки, дяди и тети, племянники и племянницы. Вся семья — это своего рода генетический котел, где все гены перемешаны, но черпаете все равно из этого котла.

Симптом пятый. Друзья и знакомые. По принципу: скажи мне, кто твой друг, и я скажу, кто ты. Люди как бы держатся друг за друга, и это вполне понятно: общность интересов, общность судьбы, все то, о чем я говорил о совпадении по семи пунктам, оно либо есть либо нет.

Симптом шестой. Нервный тик или судорога лица. Обычно это концентрируется вокруг рта или вокруг глаз. Как говорят, Бог шельму метит. Дергается нос, рот, губы или шея. Некоторые пытаются это скрыть жеванием резинки (жевательной). И о каждом, кто пользуется жевательной резинкой, можно сказать, что он агрессивно настроен.

И в основном у тех, кто постоянно жует (американцы, скажем), у них что-то не в порядке с психикой. Одно дело, после еды, пожевал и выплюнул, как процедура очистительная... Понаблюдайте. Раньше не жевали, теперь же каждый третий... Так и агрессии полным-полно, это же видно, это же чувствуется... Кстати, это внешний симптом нервных болезней. И с этим обычно связаны неудачные браки, неудачные дети, разводы и т. д.

Симптом седьмой. Косоглазие или другая деформация глаз. Недаром говорят, глаза — зеркало души. Если глаза перекошены, то частенько и душа тоже перекошена. С этим связано поверье о людях с дурным глазом, которые наводят на людей порчу и несчастье. В ту же категорию включены карлики, горбуны, необычайно уродливые или, как ни странно, необычайно красивые люди. Особенно женщины. Именно в Голливуде, где собраны все красавицы, самый большой процент разводов (до 90 процентов!). То есть, это уроды, психические и нравственные уроды. Поэтому выбирайте себе жен и мужей средних, это самые здоровые люди!

Очень красивое лицо говорит о какой-то вырожденности в душе. Кому не известна эта поговорка: не родись красивой, а родись счастливой. Да, как правило, красивые женщины редко устраивают семейную жизнь счастливо да и мужчине с такой женой не очень комфортно.

...Прочитала я последние слова нашего автора, и как-то сами пропелись будто в душе моей строчки: куда же делись

незабудки, и где же затерялись васильки?.. Какое имя дали люди нежному цветку. Незабудка... Она, я думаю, символ девичьей чистоты, а василек почему-то напоминает мне скромную молодую женщину, дающую миру детей...

Их, должно быть, занесли в красную книгу, как и те чистые прозрачные ручьи, возле которых голубели крохотные едва заметные цветочки, как и ржаные поля, замученные химизацией, унесшей синенький цветок на высоком тонком стебельке...

Зато сколько пунцовых роз появилось на прилавках, олицетворяющих всемирные конкурсы красоты. Взгляните повнимательнее на их лица, и ни в одном из них не увидите доброты, а сколько в глазах раскрасоток жестокости и холода...

И недаром им уже и присвоили звание интердевочек, которых набирают агенты для гостиниц — обслуживающий персонал. Да, как компьютеры, что по сигналу сенсорной кнопки обеспечивают хозяйственный сервис, стирают, моют, полоскают, считают и...

Так, так — я тут морализую, а симптомы-то не все одолены.

Симптом восьмой. Хронические мигрени. Эти сильные головные боли, до тошноты, до рвоты доводят человека. И человек ложится и лежит пластом. В этих случаях никакой аспирин, анальгин не помогает. Это заболевание идет в семье отроду, переходит от матери к дочке и т. д. Поэтому посмотрите, если у вашей тещи такие боли, то значит, что-то не в порядке.

Симптом девятый. Лошадиные зубы, торчащие вперед, как у лошади. Это можно отнести к категории уродств, связанных с дурным глазом. И, как отмечает лондонский доктор психоаналитик Леопольд Штейн[2], это говорит о гормональном нарушении, как бы мина замедленного действия.

Симптом десятый. Так называемая печать дьявола. Это большие родимые пятна черного или красноватого цвета, которые в средние века официально так и назывались — печатью дьявола, или меткой ведьмы. Но не надо путать их

---

[2]Журнал «Аналитическая психология», № 1, 1956 г.

с маленькими обычными родимыми пятнами, которые есть у каждого, потому что так называемая печать дьявола, размером обычно с три-пять копеек и больше. Родимые пятна такого большого размера говорят о том, что в организме повышенное содержание мелатонина (красящего вещества). Мелатонин — это гормон старения. Быстро расцветает и быстро стареет такой человек.

Все эти симптомы, о которых я рассказал, работают не на сто процентов, а на девяносто, поэтому надо все учесть: и уровни, и данные таблицы, и эти вот десять симптомов, сопоставить, и тогда будет меньше ошибок по определению совместимости с тем, с которым бы вы хотели вступить в брачный союз.

Конечно, эти данные не имеют ничего общего с теми брачными объявлениями, которые стали появляться в рекламных изданиях: вес такой-то, рост такой-то, что не имеет никакого отношения к понятию о совместимости.

Раньше было заведено так: знакомство семей, которые хотят породниться, выспрашивали соседей и бабушек о здоровье членов семьи до пятого колена, что называется. Так вот и составлялась картина полная о том, будет ли союз долговечным, удачным, родятся ли здоровые дети, продолжатели родов.

Встречи с женихом, с невестой, беседы и застолья — все это было нормой, потому как в таких предсвадебных семейных свиданиях все и проявлялось, выявлялось, только присмотрись повнимательнее, намотай на ус...

Сейчас же... да что тут говорить, если такой высокий процент разводов. Мало кто думает о создании настоящего гнездышка, в котором в любое тяжкое время можно отогреться душою. А казалось бы, когда мы строим дом, то ставим фундамент попрочнее, подбираем цемент и другие строительные материалы, чтобы стоял дом веками... Но вот, когда вступают в брак, то почему-то эти законы забывают, законы о сильной связке для создания новой семьи.

...Да, печалится-горюет наш Андрей Алексеевич. Вот и меня охватили грустью его слова... Быть может, оттого и рушится наш дом по имени Россия, что разъединились эти звенья-семьи той могучей железной цепи, что окружала нас с вами, соединяла, защищала-уберегала от ворогов и ушли те времена, когда каждый, кто уходил, непременно мечтал

возвратиться к детям своим, к очагу-крепости, в котором горел вечный огонь любви материнской и женской...

Не хочется мне кончать эту главу столь пессимистически. Милый наш собеседник кое-что подсказал нам с вами, вполне можно поправить положение с глобальным развалом наших российских семейств. Вот и народная мудрость дает нам совет из глубины веков.

Семь раз отмерь, а один раз отрежь... Конечно, цифра семь тут как бы для примера приведена, не менее семи, выходит... А когда речь о таком серьезном идет, как начинающаяся семейная жизнь двоих, под одной крышей, стало быть, с общими заботами, тревогами и радостями, так тут и 27 можно раз примеряться.

И тут карты нам и дал в руки наш дорогой советчик, который присутствует на каждой странице рядышком, желает подсказать вам, по какой дорожке стопы свои направить, когда именно соломки лишний пучок поднести, чтобы падать нам с вами не очень уж больно было.

Так что кто не особенно внимательно отнесся к пунктам и уровням, к позам и жестам, перечитайте еще разок-другой, тогда вполне возможно и прояснится для вас многое, покажется весьма полезным для личной жизни, значит.

Бывает, платье начнешь кроить-раскраивать и невзначай, когда торопишься (а мы только и знаем что спешим да суетимся), и резанешь не там, где надо было, забыв про ту пословицу мудрую. И представляете сами, что из такого покроя никакого платья уже и не сошьешь.

Ну вот и получился у нас не такой и трудный конец беседы. Не спешить, стало быть, надо. И об этом предупреждали нас наши бабушки: поспешишь, людей насмешишь.

Остается только пожелать вам самого доброго, самого счастливого в поиске друга надежного и верного. С Богом!

Глава III

РИТМЫ, НЕСУЩИЕ ЗДОРОВЬЕ

В этой главе вы научитесь подключаться к ритмам Вселенной при помощи высоких вибраций, которые и помогут вам справиться со многими заболеваниями, поскольку очистятся ваши энергетические каналы, проснется ваша душа...

Мы живем в океане различных звуков, если даже на самое короткое время лишить человека вибраций (акустических колебаний воздуха), то у него начинается расстройство психики. Всем известны опыты, когда люди, помещенные в полностью щумоизолированные камеры, уже через несколько минут ощущали дискомфорт.

Именно поэтому в радиостудиях, где стены покрыты звукопоглощающими материалами, человек просто не слышит собственного голоса, отчего ему и становится неуютно, быстро одолевает усталость, причем кажется, что весь звук без вибрации, без отражения стен как будто уходит от тебя.

Ухо человека способно слышать в диапазоне от 20 до 20000 герц, как известно из физики. Но вот животные (например, кошки, собаки) способны воспринимать вибрации и ниже 20 герц, потому и говорят о них: слышат беду. Очевидно, многие знают, что как раз животные раньше всех покидают селение, в котором через день-другой начнется землетрясение, в то время как жители преспокойно варят обед, пьют чай, а то и поют и танцуют как ни в чем не бывало.

Дельфины же общаются при помощи ультразвука (свыше 20000 герц), птицы тоже улавливают высокие частоты. Сейчас, кстати сказать, изобретены виды оружия, в которых присутствуют и инфра- и ультраколебания, то есть те самые, что нехарактерны для человека, отчего и способны принести ему немалый вред.

Теперь приступим к вопросу, где рождаются звуки, сколь разными бывают вибрации, чтобы потом разобраться в том,

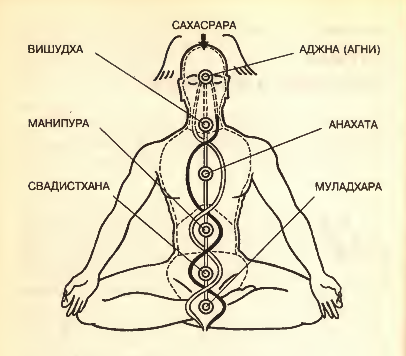


Рис. 19. Энергетические центры человека.

что они могут сделать для состояния человека, в конечном счете для его здоровья.

Начнем с физиологии. Вы видите на рис. 19 семь энергетических центров, которым соответствуют нервные сплетения. Так вот, каждый такой энергетический центр связан с различными органами и системами в теле человека. Скажем, *нижнее нервное сплетение — муладхара-чакра* — «отвечает» за нашу половую систему. Это как бы фундамент нашей энергетики.

Связь голоса, любого звука, акустической вибрации с нервными центрами установлена еще в древности. Она уникальна, она отражает как в зеркале полностью состояние человека, но об этом чуть позднее.

Хотя можно привести и пример, за которым не надо далеко отправляться. Вслушайтесь, как говорит директор

или начальник. Как правило, голос у них низкий, властный. Такой и должен быть, потому что без подобного фундамента наверх не пробьешься, без таких составляющих в речи (в голосе) он не смог бы руководить людьми, потому что это те самые ноты, коими он буквально подавляет окружающих и заставляет подчиниться себе.

Или, скажем, просто невозможно увидеть командира, у которого голос тихий, невнятный, а не властный опять же. У среднего командного состава, у военных, в основном такие голоса. И недаром как раз по голосу назначались сотники либо унтеры в царской армии, потому как такой человек и может повести в атаку. И солдаты идут, все как один!

Такой вот «командный» голос можно «получить» активизацией нервных центров. В данном случае, как вы уже поняли, именно того нервного центра-сплетения, которое соответствует муладхаре-чакре. Вот приходит курсант в училище, по первому году голос у него как у девушки, едва слышно, когда он рапорт отдает, а на третьем курсе уже совсем иным голосом командует своим подразделением.

Специальная гимнастика, дыхательные упражнения, и выравнивается мальчишка, а голос становится по-настоящему мужским, во всяком случае таким, каким положено быть ему по его полу. Вы, должно быть, слышали высокие голоса импотентов или гомосексуалистов.

Повторюсь, у мужчины, если у него здоровое тело, уравновешенная психика, голос должен быть низким. Это как бы платформа, на которой стоит энергетическая пирамида. Хотя в идеале должны быть задействованы и средние, и высшие центры. Если они «не работают» (высшие центры, например), то страдает интеллект, логическое мышление.

Как вы прочитали выше, *муладхара-чакра* «заведует» в организме половой системой, и потому голос некоторых мужчин просто завораживает. Ни рост, ни наружность, ни прекрасный цвет глаз, ничто так не привлекает женщин, как некоторые интонации-вибрации, которые они чутко улавливают в голосе, скажем, грузин.

В разговоре ли, в пении ли, эти низкие мужские тона, идущие из муладхары, «рассказывают» о хорошем состоянии потенции, о наполненности энергетикой данной сферы, отчего последняя и активизируется, выдавая на-гора мужскую силу. Это наподобие брюшного дыхания, когда вибрирует нижняя часть наших физиологических резонаторов.

Чуть выше еще один центр — *свадхистана*. Здесь находится энергетическая кладовая, аккумулятор, который может быть или заряжен, или разряжен (тогда вся энергетика «вытекает» в нижние части тела). Этот энергетический центр связывает зарождающиеся стихии в человеке: появление эмоций, воли, сексуального желания. Состояние нижних конечностей, половых органов, мочевого пузыря также зависит от работы этого нервного плексуса[3]. Особый тембр голоса темнокожих певцов «говорит» об активизации этой чакры.

Пока вы осваиваете способности нашего голоса отразить и выразить состояние первой чакры (нижней), я намерен познакомить вас с более высокой чакрой — *анахатой*... Послушаем, о чем она (эта самая анахата) оповещает нас, когда в ней начинаются вибрации.

Итак, *средние центры*. Исследуя разные типы пения, разберемся в том, где именно возникают колебания, как энергетика передает их слушающему, то есть как именно отражаются они (эти вибрации) в песнях, ариях и т. д.

Как вы уже сумели выяснить из вышенаписанного, связь между пением и колебаниями в нервных сплетениях, в центрах обоюдно обратная, как можно выразиться. Да, когда вы поете, то тем самым вы активизируете эти центры. Это относится как к пению классическому, так и к популярному, когда близкие сердцу мотивы, вводят в резонанс центры, связанные с астральным (душевным) восприятием.

Так вот, эти центры находятся в самой середине тела. Посмотрите внимательно на рис. 19 и найдите *анахату чакру*. Разыскали, увидели? Да, именно здесь рождается теплое душевное пение и, конечно же, голос. Если даже человек и не поет, а обладая таким голосом (когда вибрирует как раз эта вот чакра) что-то вам рассказывает, то можно заслушаться, хотя он подчас и разговор ведет о самых обычных пустяках.

Иной раз человек спохватится: что это я его слушаю столько времени?! Он не в силах понять что к чему, но не слушать не может, потому что основные частоты (вибрации) находятся в этом диапазоне, и голос словно проникает в ваше

---

[3] *Плексус* — скопление нервных клеток.

сердце, трогает как бы его струны и в нем находит отклик-трепет.

Теперь поговорим о голосах, рожденных в *верхних чакрах* (смотрите на рисунок, да?) — о *вишудхе-чакре* и *аджне*, что в переводе значит «головной центр».

Такие голоса воздействуют в основном на интеллект. Как показали многолетние исследования, такими нотами изобилуют речи бухгалтеров, экономистов, деловых людей. Чаще всего голос информативен, сухой, слушать его подолгу неприятно (не заслушаешься).

И что примечательно, если женщина произносит фразы именно на *вишудхе-чакре* или на *аджне-чакре* (там рождаются такие колебания), то она, как правило, пользуется очень высокими нотами, что раскрывает стервозность ее характера, вздорность его, придирчивость.

И это понятно. Женщина должна жить сердцем, а не головой. А ежели у нее активизирован именно головной центр, то она как бы «залезает» не в свою область, потому и по жизни она совершает немало ошибок.

И можно утверждать, что у такой женщины возникают проблемы с эмоциональным восприятием, она лишена, как правило, присущего ее полу душевного тепла, и в любви ей не везет. И все это можно услышать в голосе.

Очень о многом может рассказать голос человека. Вот, к примеру, вам встречались не раз люди со скрипучими голосами. Всего две-три фразы произнес ваш сотрудник с таким вот голосом, и вам уже хочется поскорее покинуть помещение, просто слух корежит, на душе дискомфорт.

Наблюдения ученых помогли сделать вывод: у человека с таким сверхнеприятным голосом внутри имеется некий хаос, все у него не ладится, самое простое кажется ему трудным, все как бы невпопад, все как ножом по тарелке.

Говорят, глаза — зеркало души, так вот можно безошибочно утверждать, что голос — это и есть сама душа. Вот почему так важно, чтобы будущая мама находилась постоянно в окружении приятных душевных звуков, которые связаны с природой и космосом (шум прибоя, звуки леса, классическая музыка).

Ведь ребенок, находясь в утробе матери, все слышит, и вот добрые теплые звуки, слова, мотивы — это прямой путь в его подсознание. Можно сказать, что именно в этот период закладывается программа будущих шагов достойного уваже-

ния человека. Впрочем, детям и их воспитанию будет посвящена наша вторая книга, которую мы уже начали писать с Валентиной Михайловной Травинкой.

Сейчас же я продолжу разговор о значении звука, голоса, музыки для обретения *здоровья*, о возможностях и эффективности (результативности) этого в общем-то бесплатного лекарства, которое дано многим из нас от рождения и которое можно использовать как для излечения самого себя, так и близких вам людей.

Заметьте при этом, как только человек скажет любую фразу, пусть он просто считает: один-два-три, сразу же звук идет в подсознание, помимо нашей воли, хотим мы того или нет. И что интересно, интеллектуальная информация, она как бы сразу же оседает в голове, а вот если кто-то прочитает строфу или напоет мотив, всего две-три ноты задушевно так, сразу же подключается наша подкорка, она словно несет теплоту звука к больному органу, помогает ему справиться с болью. Так что лечить человека можно хорошими добрыми стихами.

Когда читает свои стихи Валентина Михайловна, светлеют и добреют лица ее слушателей, и сама она молодеет, преображается внешне. И это понятно: она и сама себя в такие минуты оздоравливает.

Поскольку голос, наши слуховые анализаторы, через ворота которых проходят все звуки, это прямая дорога в подсознание, то он воздействует, естественно, на энергетические центры слушающего, а значит и непосредственно на здоровье. Мы уже говорили, что все нервные сплетения, центры, чакры связаны с нашими органами и системами.

Вот почему, используя способность человека слышать и слушать, вводя звук в некоторых диапазонах, можно поправить здоровье, во всяком случае, заметно улучшить его. Мне приходилось проводить интересные опыты в этом плане, получить обнадеживающие результаты, потому я и взялся сообщить вам обо всем этом, о звуке-целителе, о голосе-помощнике.

По голосу, к примеру, можно определить не только характер, но и чем именно болен человек. Если человек часто кричит «не своим голосом», то у него заболевает печень, если нередко предается тоске и печали, то слабеют легкие и т. д.

Вот, например, приходит ко мне пациент, приносит справки, медицинские заключения, но я их не смотрю,

прошу что-то рассказать о себе. Мне просто необходимо послушать его голос, для меня это вернее и надежнее самого точного анализа. Я улавливаю вибрации, идущие из органов, прямо на слух.

Слушаю его очень внимательно, не перебиваю, с тем, чтобы понять: как он к болезни своей относится? Это очень важный момент речевой диагностики, если так можно сказать. И все это узнается именно в процессе разговора. Таким образом, чисто по голосу, по тембру, по частотному диапазону можно судить и о жизненном потенциале, и о главных заболеваниях, можно установить, где скапливается энергия, а где она не проходит и еще о многом другом, очень важном для определения состояния здоровья человека.

Кстати сказать, восточное представление о связи энергетики с органами тела таково: сердце — радость, желудок — страх, легкие — тоска, печаль, почки — задумчивость, мечтания, печень — гнев.

Как это понимать? Очень просто. Я уже говорил, если человек кричит «не своим голосом» (на повышенных тонах), то он разрушает свою печень хуже всяких таблеток (химии). Или, если вы пугливы, всего боитесь, вас постоянно одолевает предчувствие беды, настигает страх буквально по пустякам, все — желудок захандрит.

Вот и лечить его надобно мажорной светлой музыкой, она постоянно должна звучать в доме, как бы сметая словно метелочка ваши печальные предчувствия. Причем, известно уже вам, что связь тут обратная, некий заколдованный круг получается: больная печень вызывает агрессию, отчего идет дальнейшее ее разбалансирование.

А что касается радости, которую в чрезмерном количестве не переносит сердце, то многим из вас, должно быть, известна народная мудрость: от горя человек не умирает, а от счастья разрывается сердце.

Вот и Валентина Михайловна вспомнила что-то... Послушаем?

...Да, вспомнила. Мы работали в тот день в поле, убирали камни с пашни. Вдруг видим с дальнего края бежит из деревни женщина. Мчится и что-то кричит нам. Мы, помню, подумали: снова кто-то получил похоронку, в те годы часто такое случалось... Сердце у меня печалью зашлось, потому

что мой юный брат (ему только-только исполнилось 19) и отец были на фронте...

И вот расслышали наконец.

— Война кончилась, ребятки, — кричит она и смеется, а у самой по щекам слезы бегут ручьем.

— Война кончилась, вы слышите?! — крикнула она еще раз и упала навзничь, как сноп.

Совсем молодая, необыкновенно красивая от счастья... Она умерла от радости.

Вспомнила сейчас тот день и подумалось, если бы в ту минуту кто-то ушибся сильно, порезал руку или ногу, либо камень бы тяжелый кто на ногу уронил (мы, помню, так и стояли с тяжелыми камнями в руках), то непременно бы она осталась жить, поспешила бы помочь пострадавшему и тем самым сняла бы стресс.

Однако отстранимся, насколько это возможно, от того трагического дня, когда оставила, не выдержав радости в сердце, женщина троих сирот. Вернемся к нынешним событиям, которые ожидают нас в огромных залах, на концертах и встречах с любимыми исполнителями, искусству которых Андрей Алексеевич придает очень большое значение. Почему? Сейчас узнаете.

Если вы находитесь просто в обществе людей, у которых от природы поставлен голос, хотя они и не профессионалы, то уже станете оздоравливаться в простой беседе с ними, поскольку вибрации — это вполне реальные физические вещи.

И наоборот, если, скажем, вы находитесь на коммунальной кухне либо на рынке, где раздаются визгливые скрипучие голоса, то можно и заболеть от них. И это не мистика, это не что иное как наведенная порча от того голоса, что ты слышишь (такого рода голоса), и совсем неважно, что именно такой человек говорит, пусть он даже и не бранится.

Я проводил такой эксперимент — просил одного из членов группы читать стихи. Потом все делились впечатлениями и, самое главное, ощущениями, которые они испытывали во время чтения стихов.

Удивительно, что у слушателей во время чтения стихов (о любви, радости, природе) всякий раз возникали ощущения те же самые, что испытывал в данный момент чтец.

В ходе эксперимента менялись выступающие. И каждый раз изменялись и ощущения, хотя стихи были одни и те же.

Если у декламатора болело сердце — это чувствовали и слушатели, если болела нога — были неприятные ощущения в ногах и у них.

Из этого следует, что практически в голосе, в разговоре у человека присутствует вся его внутренняя жизнь, его установки и устремления.

Поэтому-то, если человек с удовольствием, как на отдых, отправляется на концерт рок-музыки или поп-музыки, где исполнители — наркоманы или певцы, страдающие алкоголизмом, то здоровья от такого мероприятия не прибавится, а скорее наоборот.

И вот что важно: что бы они ни пели, какие бы красивые слова ни были в песнях, в голосах артистов этих идет одна составляющая, помимо воли самих исполнителей — тяга к алкоголю, тяга к наркомании.

Вот почему, если слушать чаще Шуфутинского, его блатные песни (народные-хороводные), то захочется после них только одно: сесть за стол и пить одну рюмку за другой. Это идет запись в подкорку.

Причем петь таким голосом можно и о высших материях, но все равно суть не меняется. Составляющей является привычка, образ жизни певца, и ею мы пропитываемся. Не словами, а вибрациями. Именно вибрациями!

Ну, а если и текст соответствует внутреннему содержанию того, кто поет, тогда прощай! Тут такой удар по человеку, что, выйдя из зала, он и думать будет о том, о чем в песне пелось. И не только думать, но (что опаснее) примется за дела, и не особенно хорошие и достойные человека, подражая, стало быть, словам песен.

Мало того, такое внедряется не просто в тело как вибрация, как болезнь, это входит некоей программой (сигналом к действию) в наш мозг. И вот такая программа действий, установка, она в мозге сидит и на нас просто давит, как будто говорит кто-то изнутри нам: поступай так, только так и не иначе! И пока мы эти «указания» не выполним, что-то будет постоянно на нас «наступать».

Человек здорового образа жизни, послушав песню «про водку, про селедку», только почувствует себя плохо после нее, и все. И, обладая силой воли, сумеет пересилить в своем

подсознании остаточные вибрации и, конечно, не пойдет в магазин за выпивкой.

А вот более податливый, как бы средний, поступит по-другому. В него эта программа войдет, и ему станет плохо, а когда он «примет» — ему сразу полегчает. Почему?! Да потому что программа-то будет удовлетворена! Вот она уже и сделана! А дальше все это может уже записаться в рефлекс, если такие песни слушать почаще по радио или на концерты ходить.

Мы проводили интересные наблюдения за людьми, слушающими такого рода пение и музыку. Семь дней. Или месяц. И все. Человек полностью оказался под властью тех опасных вибраций. Для чего проводились такие опыты? С тем, чтобы установить, сколько времени придется потратить, чтобы выйти на другой уровень, здоровый, освободиться от той навязанной программы, которая повернула человека к худому. И нами было установлено: для того чтобы перейти на другие рельсы, на рельсы здорового образа жизни, нужен год, целый год!

Почему именно год? Потому что должны пройти четыре стихии и четыре межсезонья. И каждая стихия ставит как бы свой штамп-зачет. Зачет, зачет... И вот поставил человек зачет в своей зачетной книжке по здоровью, и все! Он действительно переменился.

Однако, если хотя бы одна стихия не поставят зачета, то придется начинать по-новой.

Поэтому год — минимальный срок для переправы на другой берег, берег здоровья. А река — препятствие — это наши болезни, комплексы, это наша судьба.

Если бы руководителям нашего государства предложить специальную долгосрочную (не на один год) программу, в которой были бы задействованы физически здоровые артисты (конечно, нравственность таких людей должна быть на самом высоком уровне) — то от многих тонн гуманитарной лекарственной помощи можно было бы отказаться.

Именно они — артисты, певцы или драматические актеры, киноактеры, — именно они во всем мире сейчас имеют самую большую аудиторию. Ни один политик не имеет такой. Поэтому Министерство культуры, все театральные и музыкальные вузы и т. д., они должны это, по крайней мере, учитывать, чтобы будущие артисты были здоровы!

Люди и не подозревают, что любой артист — это экстрасенс, не понимают, как сильно он влияет на человека.

И если подвести какую-то этапную черту, можно сказать: для того чтобы подлечиться, в первую очередь, надо выключить телевизор, радио, а лучше послушать, если есть такая возможность, классическую музыку (включив проигрыватель и поставив пластинку) даже без вокала, потому что то, что создано гениями — Бахом, Моцартом, Генделем — само по себе чудо для сердца человеческого. Когда они сочиняли свои прекрасные симфонии, прелюдии, сонаты, то входили в состояние некоего транса. И то, что у них было в душе, они переводили на язык нот.

В дальнейшем их произведения исполняются талантливыми музыкантами, которые тоже являются проводниками этой энергии. И они не только передают эту гармонию, но и вкладывают в нее свое тепло, свое биополе, потому мы и любим именно такого исполнителя, а не другого. А актеру (исполнителю), если он болен или просто не совсем здоров, ему не стоит выходить на эстраду. Лучше выпить чаю с медом для оздоровления своего тела, для прочистки своих каналов.

Так что не нужно уезжать в Индию, не надо удаляться ни в какие монастыри для духовного очищения. Если есть более-менее качественная аппаратура, слушайте классическую музыку. Слушайте голоса Природы: пение птиц, шум дубравы, шелест тростника, это бесплатное лечение.

Месяц, всего один месяц! Правда, принеся «огромную жертву», забыв про телевизор и радио, перейдя только на классику, вы почувствуете, что многое начнет изменяться в вашем здоровье!

Повторюсь, если в течение месяца «поп» выключить и настроить душу свою на классику, то восприятие окружающего мира станет иным, и это произойдет буквально на глазах. Это будет видно по выражению вашего лица. Мир предстанет перед вашим взором более ярким по цветовой гамме, но самое главное — душевное восприятие. Человек начнет чувствовать людей, а не руководствоваться только правилами — надо делать так-то и так-то.

Вот на Западе, там сплошные правила. У них так: надо сделать так, так, так и так. Если ситуация, с которой столкнулся человек Запада, выходит за рамки поведения,

которое ему внушали в голову с детства, то человек обескуражен, приходит в недоумение. Он просто не понимает, что же ему надо делать: смеяться, плакать, полицию вызывать. Просто не понимает! Они более роботизированы (или «зомбированы») по сравнению с русским человеком.

Итак, лучшее лекарство — это музыка! Хорошая классическая музыка. И дальше, после вот такой «диеты», можно включить и послушать музыку другого исполнителя и выбрать нужные для себя нотки. Скажем, для лечения гриппа нужно одно произведение, и именно конкретному человеку, а не всем! Это надо выбрать «под себя», надо почувствовать самому.

Каким образом? Вот очистка каналов за этот месяц, очистка слуха за этот месяц и даст человеку особую чувствительность. И он сам начнет понимать, что именно ему надо, какие звуки, какие ноты и какие голоса. Может быть, кому-то необходима «Лунная соната», а для другого более простая мелодия...

И если человек выбрал для себя какую-то хорошую музыку и «употребляет» ее (если можно так выразиться), то он и лечит тот или иной орган, либо свою душу, а она сама там разберется, что в первую очередь надо делать, прыщики ли убирать или камни вытаскивать-изгонять из почек. Она сама это решит, и тут «давить» не надо!

Так вот, определенной постановкой голоса, даже не дыхания, а именно голоса, можно подлечиваться при произнесении любой фразы. И получается так: прошел человек какой-то курс, его научили этакому, потом он просто-напросто разговаривает и лечит самого себя! И больше ничего вообще не нужно! Кстати, в одной из глав я расскажу о таких вот звуках, которыми можно лечить очень серьезные заболевания (об этом будет рассказано в главе «Капкан болезней наших»).

А сейчас снова о музыке. Немного истории. Музыка зарождалась таким образом. Сначала натягивали различные жилы и щипали их, водили по ним, раздавались какие-то звуки. Позднее свистели во всякие трубочки, и получалась мелодия. Затем инструменты совершенствовались: скрипки, виолончели, духовые трубки для органа, рояль и т. д.

И что примечательно, поначалу музыка являлась языком души, как и речь. Когда создавались античные мелодии (они

дошли до нас), то в принципе никому не приходило в голову снабжать их текстом, потому как человек невербально (то есть несловесно) слушал мелодию и понимал, о чем речь, он чувствовал композитора. Мелодия сама «рассказывала», что хотел сказать автор, композитор.

Сейчас же лишь немногие могут слушать Генделя, Моцарта. И получается, что 3000 лет назад, когда был всего один смычок, три струны, все знали и понимали, о чем думает-переживает исполнитель либо сам автор, пропуская через себя вибрации, которые несла мелодия звуков.

Но вот стали черстветь наши души, засорились каналы эмоционального, более тонкого, восприятия, и мы перестали слышать душою, потерялась ее чуткость к звуку... И тогда стали появляться поэты, которые стихами, текстами, как бы объясняли содержание музыкального произведения. И появились песни. Прекрасные, между прочим.

А какие песни мы слышим сегодня? Да, есть немало хороших, но среди них есть и такие, к примеру: «Буду погибать молодым». Нормально? Ничего себе припевчик, да?! Сейчас любой человек может понять, подходят такие слова к его жизни или нет.

Частушкам что-то одно должно быть присуще, одна структура слов, построение образа, но если это гимн страны, то совсем другие и слова, подходящие к музыке, как бы сливающиеся с нею, скажем, совсем иные, чем к популярной мелодии «Три кусочка колбаски» и т. д.

С одной стороны, поэт как бы и более грубым занимается делом, а с другой, настоящий поэт должен быть глубже, чем композитор. Он должен одним ухом улавливать, о чем эта музыка, а другим слышать, что за слова там нужны.

В большинстве своем поэты люди редкие, и среди них много экстрасенсов высокого порядка.

И что я еще хочу сказать о музыке. Любой музыкальный звук, любое музыкальное произведение состоят из ритма и мелодии. Если грубо, барабан — тук-тук-тук, а мелодия — ля-ля-ля. Так вот ритм отвечает за дух, то есть это наше духовное восприятие, или тот дух, который уловил композитор, когда заложил какой-то мотив. Мелодия — это уже разговор с материей, это более материально. А посередине лежат тембр, тон и гармония.

У меня есть такая таблица. Дух — энергия, материя — небо, человек, земля, ритм, сила звука и мелодия. Не надо

думать, если барабана нет, значит и ритма нет. Всегда идет какая-то пульсация, и музыкант знает, тик-тик-тик, скрытый пульс есть. Это и есть ритм, то есть дух музыкального произведения, связывающий небо и землю. А без ритма не может быть и духа. Мы живем, пока бьется наше сердце. Это некая динамика, это временная характеристика.

Философские категории	*Музыка*
дух, небо	ритм
энергия, человек	сила звука, тембр, тон, гармония
материя, земля	звук, мелодия

Поэтому пульс, биение присутствует во всем. И в деревяшке есть свой ритм. И у кассеты есть определенная скорость, частота. Во всем есть частота, во всем есть движение. Если что-то неподвижно, значит, мертво, значит, духа нет. Вот почему говорят, дух — это вибрация, и он существует везде. Только в мертвой материи ее в принципе не существует, нет никаких колебаний.

От нуля до СВЧ-диапазона, в этом океане вибраций и звука существуют грохот землетрясений, гром и пение птиц. Обязательно в музыкальном произведении должны быть связаны небо, человек и земля — дух, энергия и материя. И профессиональные музыканты (популярной или классической музыки) все это гармонически связывают, иначе музыка будет звучать полным скрежетом.

Владея этим искусством, можно связывать гармонически небо с землей, с человеком, можно закладывать любые идеи. Это вход. Только вот что главное: войти можно, если есть ключ. А ключ — это гармония.

Прослеживая гармонию, антологию музыки, которая звучала ранее, в древности, и сейчас, что же мы видим? Раньше музыка состояла практически из звуков, скажем, флейты, звучали высокие частоты, высокие голоса, не было ритмически подчеркнутого рисунка. Такой рисунок и не нужен был, люди были чувствительны и сами улавливали ритм.

В дальнейшем же, поскольку здоровье человека стало заметно ухудшаться, подпитки потребовали теперь уже нижние центры, и музыка стала соответственно изменяться.

Людям потребовалась музыка, в которой уже не было места высоким частотам, был главным ритм — поп, рок, техно, сама тема как бы исчезала. А для восприятия этих вот звуков-ритмов вполне годились нижние центры, более грубые.

Вскоре и вовсе у многих перестали «работать» верхние центры, они как бы заглохли, «замусорились», не могли уже различать тонкую, связанную с небом мелодию, потому и перестала многим нравиться классическая музыка, каналы для восприятия которой были забиты нездоровьем тела, его болезнями. Человек лишался высоких вибраций, просто не способен был уже и воспринимать произведения гениев, в творениях своих связанных с вселенскими высокими вибрациями.

Однако потери такие восполнимы для человека, он должен обрести эти чувствования, эту способность воспринимать мелодии, приобщающие его к космосу. Особыми диетами (они разработаны в научных и медицинских центрах), методами дыхания можно включить эти центры, и тогда как бы автоматически и безусловно пойдет очищение каналов, будет снова задействована чакра, способная принять высшие вибрации. И как прямое следствие, станет возможным лечение высокой, классической, музыкой, тогда полюбятся человеку божественные мелодии Баха, Бетховена, Моцарта, Гайдна (рис. 20).

Вот дочитала последние строчки и почему-то захотелось открыть книгу своей жизни, свою память. И стала читать в ней между строк, как советует Андрей Алексеевич. Попробую почитать вам вслух то, что я высмотрела-вычитала, чтобы и вы последовали тому же, поскольку занятие такое мне показалось чрезвычайно интересным, а самое главное — полезным и для меня, и для других, для тех, кому я стану теперь на своих лекциях рассказывать, с тем чтобы опыт пошел по кругу и достался многим.

Как много сразу стало понятно-ясно в предыдущих днях. Конечно же, о музыке, слове, ритме и вибрациях и пойдет рассказ. Была в нашем БДТ (Большом драматическом театре), смотрела «Амадеус», о Моцарте спектакль. Артисты были заняты в тот вечер самые лучшие. Я сидела, помню, и просто оторваться не могла от сцены, но главное — от слов, что наполняли зал чем-то особым, тревожным (я с первой
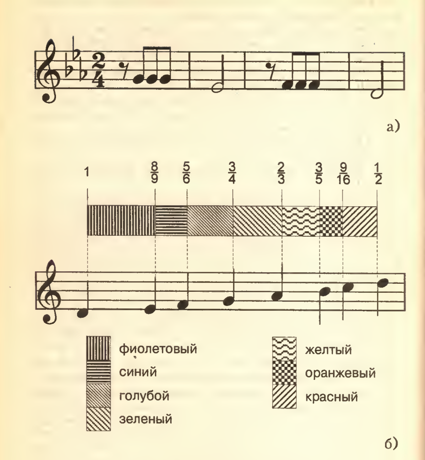


Рис. 20. Примеры гармонического сочетания музыки и законов природы.

а. Начало Пятой симфонии Бетховена (музыкальная триада).
б. Соответствие цветового спектра.

минуты это почувствовала, хотя и не понимала, что же идет в зал, в мое сердце, как мне казалось).

Мой спутник что-то говорил мне, когда мы пошли к выходу, но отчего-то ни одно слово не воспринималось, я все еще не могла отойти от вибраций, которые владели мною и не отпускали ни на шаг. А человеку, пригласившему меня на этот спектакль, очень хотелось узнать мое мнение.

Вот мы вышли на набережную, взошли на мостик. Мне стало дурно, я подошла к перилам, буквально вперилась в воду и произнесла (так мне рассказал он):

— Ничего не хочу сейчас, только броситься в воду, уведи меня отсюда, уведи!

Странно, не правда ли? Я и сама тогда не поняла, откуда такое взялось, почему мне так хотелось умереть, уйти под воду после зрелища, которому долго-долго хлопала публика, вызывая еще и еще раз Стржельчика и еще очень известных актеров, не желая с ними расстаться. И я стояла в этой толпе, и я хлопала, и я всматривалась в уставшие лица актеров, побледневшие от пережитого...

У кого же из них было тяжело на душе (спрашиваю я из сегодняшнего дня), кто же нес в своем голосе вибрации безысходной тоски, кому же хотелось распрощаться с жизнью?.. Кто же вошел в роль Сальери, который хотел лишить жизни дивное дарование и сам угнетен был своим намерением?.. Кто же из артистов сумел так тонко пережить в душе своей предчувствие смерти, что ожидала великого Моцарта?

Один за одним я задаю вопросы, но и сейчас не могу на них сама ответить, хотя просто ощущаю кожей, как говорится, что все, что содержится в них (вопросах) имело место... Теперь я знаю, что в те минуты моя какая-то чакра восприняла этот сигнал, ритмы моего сердца наподобие маятника «закачались» в той же самой амплитуде, и потому мне так безудержно захотелось разделить судьбу гения...

...Воспоминания привели меня в храм классической музыки — в филармонию. Не помню, что исполняли, но, безусловно, нечто высокое и возвышенное, что, как утверждает наш автор, понятным может быть нынче (то есть восприниматься) всего-навсего одному (!) проценту населения.

И вот невыразимая тоска начала разрывать мое сердце чуть ли не в первую четверть часа, как полилась-хлынула в

зал исполненная торжественности мелодия, которая, казалось, стремилась к небесам. Я и сейчас не могла бы объяснить того, что произошло позднее. Как рассказали мои спутники, я невероятно побледнела и стала медленно падать на соседку. Одним словом, домой я возвращалась на «скорой».

Быть может, далеко не всем годится тот совет, что дает Андрей Алексеевич, говоря о том, что музыка высокая лечит, оздоравливает?.. Или потому меня и «жахает» во время исполнения таких мелодий, что я не вполне готова к этим ритмам, всего скорее что еще в предыдущем поколении закрылся тот канал, что некогда принимал вибрации наивысшей духовности, созданные гениями (либо те, что не нуждались в словах и воспроизводились на примитивных инструментах), которые, войдя в транс, приближались более чем кто-либо к космосу?..

Но, однако... а переполненный зал? Почему же сотни и сотни, что сидели рядом со мною, внимали тем звукам с наслаждением, которое было «написано» на их лицах?.. Быть может, она (та музыка) входила в их души на других частотах?..

Вот вы думаете, дорогие мои, почему эта Травинка так подробно и долго «размышляет» о вибрациях и ритмах... Но коль скоро наш любезный автор дает нам простейший совет — оздоравливаться в домашних условиях при помощи включения проигрывателя, заведя всего-навсего музыку возвышенную, то по-моему стоит разобраться в таком вопросе более досконально, чтобы и вы тоже принялись бы рассуждать-размышлять на данную тему, а потом и приобщаться к целительному воздействию...

Есть такое понятие — воспитание чувств, помните? Так если чувства можно заиметь, выходит, то что там говорить о способности воспринимать те или иные мелодии, мне кажется, такое куда легче освоить...

Однако вернемся к страничкам памяти, что я стала перелистывать. Да, на много лет тот случай, о котором я рассказывала выше (и другие примеры того же плана, а их было, увы, немало), отвадили, напрочь отринули меня от музыки вообще. Это не для меня, — как-то сказала я себе и перестала посещать те залы.

Впрочем, если податься в глубину проблемы, то можно понять, почему именно мне становится плохо, а не другим.

В раннем детстве мой семилетний брат молотком ударил меня, пятилетнюю, по темени и, скорее всего, нарушил проход энергии, а теперь она пробирается по закоулкам, вместо того чтобы следовать строго по чакрам...

Тут мои размышления снова пришли в полное согласие с автором. Да, каждому надо подбирать лекарство (в данном случае музыку) под себя, под свое самочувствие, под свою персональную болезнь...

Стало быть, для моей головы, в которой ударом было порушено очень многое (все, как сказала Федора Даниловна Конюхова, целитель от Бога), в тот момент не подходила сильная врачующая энергетика классических рапсодий, что звучали тогда. Видимо, слишком сильно она прочищала каналы, потому мне и становилось так плохо.

Такому предположению есть и подтверждение в недавние дни: вибрации удивительного врачевателя из мюзик-холла делали то же самое, они вызвали четыре приступа. И сама музыка, и нездешний голос, что вводил в транс и излечивал многих, но не меня. И все повторилось, даже машина «скорой помощи», которая как-то после особо тяжелого приступа увезла меня в больницу.

И такое вот ухудшение состояния снова как бы прямое доказательство правильности тех советов, что дает нам автор: каждому присущи для исцеления, для оздоровления свои вибрации, свои ритмы, надо их найти-подобрать...

И так как я уже кое-что и подобрала для себя, то хочу поделиться опытом с вами. Да, лет 15 тому назад я, представьте, пристрастилась к музыке. Поначалу я слушала ее маленькими порциями (если так можно сказать), потому что в подкорке моей был «останов» — напоминание о тех опасных неладах со звуками, что возникли в филармонии.

Я выбрала в спутники ритмы, что помогали мне раскручивать позвоночник. В быстрых плясках упражнения выполнялись несравнимо проще, безболезненнее. И что меня удивляло: я стала любить не только быструю мелодию, но и весьма и весьма громкую (что было для периода юности, скажем, просто невыносимо: я не терпела ничего яркого и ничего громкого, такое просто валило меня с ног).

Ритмы, которые давал мой проигрыватель (гремевший на весь дом!), вскоре как бы сами стали крутить меня в стороны, они помогали мне не замечать количества упраж-

нений, их предельных трудностей, глубоких поворотов, ранее невыполнимых. Они стали врачующими, как я теперь понимаю.

Я с легкостью отплясывала, заводила пластинку по пять раз с той мелодией, под которую было совсем не трудно выполнять сложнейшие движения для лечения моего остова.

И снова, руководствуясь подсознанием, интуитивно, значит, я выборочно использовала ритмы, только те, которые были (оказывались) моими помощниками. Они, как я теперь выяснила, и помогли мне сдвинуть с мертвой точки дело восстановления моего остова, хилого и неизлечимо больного, как утверждали эскулапы.

Они, выходит, оздоравливали и мою голову. Когда в Питер приехал мой любимый доктор из Кисловодска, то как-то я завела стремительную музыку (мне помнится, «Арлекино») и стала плясать. И когда я, закрыв глаза, стала выделывать быстрые «па» назад, мой доктор не выдержал и пустился со мною в пляс тоже, что поразило хозяйку квартиры и тем более меня, потому что я и не подозревала, что этот суровый и малоразговорчивый человек может так расковаться.

Он был очень рад моим успехам. Ведь всего год перед тем стоило мне только сделать один шаг назад при закрытых глазах, как я не могла удержаться и падала. Видимо, ритмы творили чудо уже тогда, но ни я, ни мой дорогой доктор и понятия не имели о том, почему так быстро пошло выздоровление. Мы не придали тому особого значения, просто были поражены результатами.

Теперь мне понятно, почему я так настоятельно советовала читателям моей книги «Разыщи в себе радость» постоянно заводить музыку. И для выполнения упражнений, и для настроения.

Да, да, мелодии лечат, я это чувствовала, ощущала их оздоровительное действие на себе, хотя и мало понимала, что же происходит, почему мне так полюбились ритмы, почему в моей квартире стала постоянно звучать то одна, то другая композиция...

Мелодии лечат не только тело, но и душу, потому и было трудно обойтись без них всего-навсего один день. И тут можно только поддержать автора в его утверждении, что вибрации лечат (если лечат) прежде всего душу, а затем уже

и тело, потому что душа сама разберется, что оздоравливать поначалу: пятна на лице либо захандрившую печень.

И что примечательно. Вот полюбится (для души, значит) какая-то песня, и я начинаю ее заводить каждый божий день и не по одному разу. Как-то сосед просто вышел из себя: поменяли бы пластинку все же! Сколько же можно слушать одно и то же! А я как-то не особенно и вслушивалась (слова-то знала давным-давно наизусть), я входила в ритмы, в них и кружилась.

Почитав о них у Андрея Алексеевича, я поняла, что означают данные повторы. Да, конечно же, процедурами были для меня определенные ритмы, интуитивно выбранные мною. Они добирались как бы все глубже и глубже к началу болезни, к ее источнику. Известно, надо разыскивать причину хвори, тогда только можно и вылечить ее...

Сейчас я почти не слушаю М. Звездинского, которому моя душа внимала чуть ли не год. Несколько месяцев я упивалась песенкой на слова Н. Рубцова «Букет», где поется о том, как едет поэт на велосипеде, чтобы в полях нарвать букет для любимой. И сама удивлялась, как ловко я стала вскоре переставлять свои старенькие ножки в такт едущему велосипеду (это звучало в мелодии). Иной раз мне казалось, что именно я и мчусь, кручу педалями, чтобы добраться до поляны, где в траве так много ромашек...

А совсем недавно случайно (хотя и нет ничего случайного, должно быть...) попался на слух один мотив. Пел югослав, я не понимала ни одного слова, но вот началась еще одна песня, и сердце неожиданно защемило. Уже через несколько минут мне казалось, что я понимаю все, о чем поет исполнитель.

Почему-то при первых звуках, вибрациях, стало быть, появлялись как по команде за веками слезы, если даже и были закрыты глаза. Отчего же я начинала тихо и как-то светло плакать?

А лить слезы очень даже полезно, скажу я вам. И можете мне поверить, ибо как раз я лила их почти всю свою жизнь чрезвычайно мало, а значит не давала выхода из души и тела, конечно же, горечи-горести.

Вы, должно быть, помните, а может быть и слышали речитативы деревенских плакальщиц? Это же было ритуалом, рассказать-поплакать об усопшем. И тогда все, кто

стоял у гроба, начинали тихо (а то и громко) плакать, слезы лить. Видимо, вибрации плача будто волшебная палочка разыскивали в душе каждого невыносимую тоску-печаль и выливали ее при помощи слез, да?

Сколько раз мы слышали: вот поплакала и легче как-то стало на душе... Что и говорить, факт налицо, целительные вибрации голоса той, что плакала возле покинувшего этот мир матери вашей либо отца, очищали ваше тело от поселившейся там горечи утраты.

И не странно ли, вы в силах проглотить что-то во время поминок, выпить рюмочку во имя того, чтобы родному человеку, только что ушедшему от вас, было не так тоскливо, не так холодно на том свете, которого вы боитесь и о котором ничего не знаете.

Однако же мне не хочется на такой грустной ноте заканчивать эту в общем-то жизнерадостную главу о волшебнице музыке. И не надо. Вы ведь, конечно, осведомлены о том, что своими стенаниями, если они чрезмерны, вы терзаете тех, кто ушел в небытие, даже грехом считается такое (между прочим, научное обоснование имеется на такую тему!).

Поэтому и хочу привести несколько строк, касающихся памяти нашей об усопших. Перед тем как расстаться с жизнью, мой друг принес мне пластинку, чтобы она была в моем доме вместо него. Прошло около года, когда я нашла в себе силы, чтобы поставить диск и послушать.

Пела свои песни Вероника Долина, аккомпанируя себе на гитаре. Она рассказывала о простом и земном, но, видимо, вибрации, ритмы ее души были над нею, над нашей планетой, столь сокровенные, почти нездешние, они повели меня к погибшему «князю» (так называла я своего друга, о котором шла речь чуть выше), и я словно воочию увидела его совсем иным. Таким его никто не знал на земле, но он был таким. Чистым и нежным в душе своей, хотя тело его было по шею вываляно навозом, нечистотами...

Я чувствовала это. Как-то меня спросили: «Ну как вам нравится наш новый сотрудник?» (Он был доктором медцентра, в котором я мыла полы и варила еду — у каждого свои пристрастия...)

«Он удивительно чистый внутри», — ответила я. Помню, как, узнав о моем ответе, он дергался, бегал по комнате,

плакал как ребенок: откуда вы взяли, что я чистый, откуда? А немного спустя как-то печально произнес: «Если вы кое-что обо мне узнаете, то измените свое мнение, но я не смогу перенести такого!»

Нет, я не изменила мнения, правда, не смогла перешагнуть через ту грязь, которою он был окружен... Снова и снова я слушаю мелодию, что просто сама заходит в мою душу, и в который раз удивляюсь, как же была я права. И князь помнит и там об этом, я знаю. Иначе, чем же можно объяснить, что совсем рядом появляется время от времени его голос, вибрация его, должно быть...

Именно они, дивные вибрации, что шли от голоса Вероники, ближе чем когда-либо познакомили меня с тем, кого нет уже на земле, именно они усаживают его и сейчас, когда пишу я эти строки, на то место, на котором отсиживал князь часами и смотрел на меня. И будто бы наяву слышу его тихий голос: «Я думаю о вас всегда, даже когда вас нет рядом, и вы мне помогаете... Я постоянно вижу ваши глаза!»

Да, есть, вероятно, другая близость, кроме телесной, есть некая соединенность душ, которая и преодолевает все преграды. Непонятные абзацы пишу я нынче в день Рождества Христова, как вам кажется? Может быть, на небесах он прощен теперь (мой приятель покончил счеты с жизнью сам и в очень молодом возрасте, ему не было и сорока, что, как известно, считается грехом...), и потому в светлый праздник пришли эти воспоминания, зазвучал из памяти моей его голос?!

Дорогие мои, почаще обращайтесь к тому, что любил при жизни дорогой человек, слушайте музыку, которая ему нравилась, поскольку, как утверждает автор, во всем есть ритмы, а они способны лучше любого врача залечить ваши раны...

Ищите, ищите же в памяти вашей, ищите в мелодиях, голосах и звуках, что рядом теперь с вами, те, что близки вам, что трогают струны души вашей, и от первого аккорда, от легкого прикосновения отзовется что-то внутри вас, войдет в амплитуду колебаний ваших, присущих во всем мире только вам и потому целебных, исцеляющих вас!...

Глава IV

КАПКАН БОЛЕЗНЕЙ НАШИХ...

И снова исследования, снова поиски первопричин хворей, что мешают человеку жить спокойно, радоваться, воспитывать будущих жителей планеты здоровыми, способными улучшить мир. Конечно же, считают авторы, человек способен справиться с такой задачей, только он сам.

Назовите мне человека, который чего-то не лечил в жизни, а затем такого, который все взял да и вылечил... Вряд ли разыщете. Во всяком случае в нашем СНГ их днем с огнем не найдете. И отчего это люди все болеют да болеют?.. Такой вопрос стоит уже несколько веков перед человечеством, но, увы...

Многие ученые мужи посвятили данной проблеме весьма пухлые фолианты, а воз, как говорится, стоит почти что на том самом месте, где он находился, скажем, в прошлом веке. Конечно, со многими болезнями, косившими тысячи граждан планеты, можно утверждать, что и справились.

Отступила холера, черная оспа, детские страшные поносы, что уносили неимоверное количество совсем юного населения южных регионов. Теперь редко умирают при родах, от туберкулеза и т. д.

И все же угроза в один момент вступить в отряд больных грозит если не большинству, то значительной части землян. Почему хворают наши однопланетники, что же им мешает спокойно жить и радоваться солнышку, наслаждаться звуками леса, внимать шуму морского прибоя? Один целитель как-то на сеансе так и выразился: с генами передается каждому из нас страх — заболеть и не поправиться...

Перспективы, что и говорить, невеселые, правда? Но, дорогие наши читатели, если мы перестанем смело смотреть в глаза хвори, почаще смеяться-веселиться, то они, эти самые хвори-хворобы, еще пуще начнут одолевать, травмировать нашу психику, а она — губить наше тело и душу.

Конечно, я в данном трудном вопросе мало разбираюсь, но сама для себя, пусть и по-дилетантски, кустарно, стало быть, попыталась решить его. Мою концепцию-установку вы

прекрасно знаете, она выражена в трех словах, в названии моей книги «Разыщи в себе радость».

Могу голову дать на отсечение, что именно в тот период, когда я вышла сама по себе на стезю радости, одна за другой стали от меня отваливать-исчезать всякие болячки, даже весьма серьезные, которые эскулапы признавали просто-напросто смертельными (как вы понимаете, врачи тоже ошибаются в своих прогнозах)...

Так что не все потеряно для вас, милые наши соотечественники, тем более что трудности нас закалили неимоверно, помните тот мажорный припевчик: закаляйся как сталь. Кроме того, все знают, беды утончают душу, облагораживают ее, как выразился некий классик.

А сейчас Андрей Алексеевич расскажет про тот самый четырехлапый жесткий капкан, который несет нам болезни, а по ходу разговора и о том, как его можно избежать при самых наименьших потерях для болезных, то есть для нас.

Для того чтобы не болеть, надо знать не так уж и много. Чтобы болезнь проявилась в теле, необходима для того неблагоприятная совокупность условий: сам по себе человек, окружающая среда, место и время.

Каждое из перечисленных условий имеет как бы оборотную сторону, и получается их — восемь[4]. Если что-то выпадает, хотя бы один пункт, программа не идет, другого, качественно нового состояния не будет.

Для выздоровления же (если человек уже болеет) нужно разобраться, что именно можно изменить из этих условий. Если мы изменили в нужном направлении, болезнь автоматически пройдет.

Давайте более подробно рассмотрим, что же в этом ряду есть что. Итак, первое — *сам по себе человек*. Человек заболевает, если у него пониженный иммунитет, то есть его охранники, которые живут внутри (в крови, в мозгу), либо спят, либо слабы по какой-то причине и не могут справиться

---

[4] Это подтверждается математическими выводами члена-корреспондента Российской Академии наук Ю. А. Урманцева: чтобы перевести одну систему в качественно другое состояние, должно быть именно восемь условий.

с вредными внешними воздействиями, которые проникают в организм.

Понятно, если защитные свойства сильны, то даже средние дозы, скажем, радиации, не приносят вреда человеку — нет заболеваний крови, нет заболеваний костного мозга. Мало того, если защитные силы развиты достаточно хорошо, то даже говорить о СПИДе просто смешно, потому как нет никакого дефицита, коль скоро имеется избыток защитных сил.

То же самое касается и душевного здоровья. Какие-то мелкие раздражения (в очередях, на работе, в семье, тяжелые информации по телевидению) не становятся стрессом, все воспринимается довольно спокойно, поскольку есть защита.

Второе — *окружающая среда*. Вода, которую мы пьем, то, что едим, воздух, которым мы дышим. Если в окружающей среде завелись какие-то инфекции (микробы), загрязнена атмосфера, водоемы, тогда и происходит заболевание.

Третье. *Место*. Что здесь подразумевается? Место, где мы живем, где мы ходим, где работаем. Быть может, кто-либо и не знает такого важного обстоятельства: каждое место отличается от другого даже на расстоянии пяти метров. Это фактор физический, очень значительный, который непременно надо учитывать.

Конечно, многие уже наслышаны о геопатогенных зонах, кто-то уже научился находить их, нейтрализовать, но мы еще вернемся к ним.

Ученые представляют себе все эти взаимодействия среды и человека в виде этакой матрешки, состоящей из восьми (помните это число?) фигурок, это как бы именно восемь качественно отличных друг от друга кирпичиков, которые входят один в другой.

Вот эти факторы (кирпичики-фигурки): вода; земля (вещества из почвы — минералы); теплота; свет (электромагнитные излучения); пространство (объем, который человек занимает); время (в котором человек присутствует); гравитация; ядерные взаимодействия на уровне клеток.

И эти восемь факторов, с которыми человек вступает во взаимодействие в течение всей своей жизни, определенным образом воздействуют на него, на его здоровье, состояние (как физическое, так и психическое). И, как считает наука,

все происходящее с человеком можно объяснить наличием их, правильным или неправильным взаимоотношением между ними, этими факторами.

И даже такое чувство как любовь (которое не могут описать поэты и писатели и до сих пор) поддается анализу, рассмотрению, объяснению именно с такой точки зрения.

Конечно, кому-то покажется такое описание не очень приятным, но тем не менее как раз именно восемь факторов и могут установить (объяснить) это чувство. Что происходит на гормональном уровне? Какие изменения наблюдаем мы в электромагнитном излучении при появлении этого чувства? А что делается с пространством вокруг человека и внутри его? Время... Как оно себя «ведет» в те заветные минуты? «Счастливые часов не наблюдают...» И точно, есть эффект выпадения.

А далее все как по цепочке. Идет изменение (качественное, заметьте!) воды на клеточном уровне, совсем по-иному вырабатываются минеральные вещества в железах внутренней секреции и т. д. и т. д. И все это не только описать, но и смоделировать можно, и даже изменить. Но это уже вопросы профессионального колдовства или высшей инженерии.

Теперь я прерву свое изложение, поскольку наша Травинка просто горит желанием защитить и отстоять от научных моих изысканий кажущееся ей непонятным и удивительным чувство любви, которое я, как она считает, так грубо задел, почти что оскорбил...

Да, да, просто с нетерпением ожидаю слова, чтобы дать бой местного значения, как говорится, теоретикам любви, которым, как вы поняли, является и наш собеседник. А что тут понимать, собственно? Прочитав строки «и даже такое чувство как любовь (которое не могут описать) поддается рассмотрению (анализу)» вы сразу же и пришли к выводу, что милый наш собеседник, преисполненный почтением к высокой науке, сумел затеоретизировать и ее, то есть то чувство, которое, на мой взгляд, никто из людей (живых, естественно, не обремененных великой наукой) анализировать не в силах на практике, то есть тогда, когда он находится в состоянии любви.

До сих строк я с удовольствием внимала прекрасному изложению восьми факторов, на которые человек непремен-

но должен обратить внимание, чтобы какой-то из них не упустить (поскольку исчезновение любого из них из нашего обихода, выражаясь грубо, приводит к какой-то хвори), то, прочитав о том, что любовь якобы можно подвергнуть анализу, просто возмутилась, прямо скажу. И притом уверена, что и многих из вас этакие слова покоробили.

Я-то сама лично считаю самым святым чувством дружбу (духовную любовь), но если учесть, что большинство на планете признает данное чувство самым высоким и святым, то необходимо как-то защитить его (чувство, стало быть) от посягательств названных выше господ (теоретиков, выходит)...

Иначе ведь ученые мужи попросту заложат в компьютер упомянутые выше восемь компонентов и, пожалуйста, любовь готова (они уже детей научились получать в пробирке, так что на все способны)! Бери ее оптом и в розницу, плати и пользуйся!

В общем, не знаю, как вы, дорогие читатели, но я категорически против описания любви, данного нашим любезным гидом. И с чего это он так засушил прекрасное чувство, любовь, из-за которой царства отдавали, людей ни в чем не повинных множество убивали...

Быть может, Андрей Алексеевич по молодости своей к ней еще не прикоснулся, может быть, сердце его не сбивалось с ритма, а голова не кружилась (помните тот романс «Ах, как кружится голова...») от восторга. Всего скорее он не сходил с дороги, чтобы заблудиться на лесной тропинке, на которой мелькнула и тотчас скрылась некая гражданочка по имени любовь...

Ну что ж, счастливой встречи, дорогой наш теоретик, в том лесочке, в котором вам захочется погладить каждую веточку, а на ней все листочки до единого, потому как они «видели» ту, которая убежала, желая, чтобы именно вы догнали ее...

Любовь всегда (во все века) благотворно действовала на наше самочувствие, потому продолжим интересные исследования, касающиеся именно нашего здоровья.

Однако же стоп! Многим из вас не особенно-то понравились слова про высшую инженерию и профессиональное колдовство, посредством которых, как утверждает наш собеседник, можно все что хотите (и даже если вы вовсе того не хотите) смоделировать...

Конечно, в этой самой высшей инженерии (и даже не высшей) я не смыслю вовсе, а вот насчет профессионального колдовства хотела бы кое-что сказать. Вот нынче книжечки-проспекты принялись выпускать о том, как, мол, «присушить» того, кто мне понравился. Но позвольте, неужели насилие Господу Спасителю угодно?! Не верю! Не могу согласиться с таким положением.

Сколько мне повстречалось таких вот «присушенных», захапанных, отобранных, сворованных (и все при помощи вышеупомянутого колдовства) — не сосчитать! Только вот сами-то «присушенные» меньше всего на людей похожи, не говоря уже о их мужских качествах...

Некий биоробот, живущий, а вернее сказать, существующий (ибо такое состояние и жизнью-то не назовешь...) по команде: стой там — иди сюда! Такой типаж и о ребенке, рожденном в первом браке, не вспомнит, ежели данная особа, та, которая добыла его при помощи «присушки», ему не позволит такого...

Подумать только, не разрешать повидать родное дитя! Есть ли больший грех на земле?! Я уверена (думаю, меня поддержат те, у кого, к примеру, этаким образом «отсушили» мужа, любившего ее и ребенка), что грех этот совершается от имени и по указке Сатаны.

Поэтому, когда я читаю все эти брошюрки, меня одолевает сильное желание собрать все до единой да и сжечь!

Хорошо и полезно вспомнить бабушкины советы, если они добрые, когда они Богу не противны, но тащить на страницы проспектов да еще тиражировать их многократно — зло, насилие, вредное для души нашей и здоровья... такое иначе и назвать нельзя, как преступлением против человека.

Нет, нет и нет! Я не согласна, я против мерзких «присушек»! И без них полно вокруг зла, не надо им давать права гражданства. И я скорее за «отсушку», за возвращение в семью и к ребенку тех, кого злодейски выкрали и мучают их душу и тело, превращая милого доброго семьянина в ошметок, который в общем-то и самой злодейке не нужен, поскольку лишен ею мужества и черт человеческих.

Вот и сейчас, когда я кое-что узнала о взаимодействии полей, о сильной энергетике некоторых лиц разного пола, часто слушаю я печальные повести об уводе, и понимаю, что

злоба не бездействует, она бродит рядом с нами, разыскивая слабых, чтобы покорить, закабалить, превратить их в рабов, лишить их богоподобия.

Так что, милые мои люди, проходите мимо такой литературы, не берите ее, не пачкайте ею свои руки!

Впрочем, пора-пора, и поскорее, вернуться нам к собеседнику, которому давно не терпится еще кое-что сообщить нам из научных исследований капкана, что берет в свои когти наше тело, отчего оно все хиреет и хиреет. Как же нам еще одну лапу того капкана снять (из четырех, которые в нем имеются) со своего плеча (и из души, конечно же!)?..

Оказывается, вполне возможно такое, считает Андрей Алексеевич и советует приняться за дело без промедления.

Итак, чтобы человек излечился от какого-то заболевания, необходимо что-то подправить в четырех, приведенных выше условиях. Надо изменить что-то или в самом себе, или в окружающей среде, или в месте, или во времени.

Как правило, человек ничего не хочет делать, идет, как говорится, по линии наименьшего сопротивления...

Конечно, что-то менять в себе самом достаточно трудно. Легче пойти по проторенной дорожке — принимать какие-то лекарства. Да, препараты влияют на гомеостаз (на его изменение), на внутреннее состояние всех веществ, происходит излечение как бы. Но, увы, оно кратковременно. Перестает действовать таблетка, и все возвращается на круги своя, поскольку человек остается прежним и четыре фактора никуда не деваются: среда все такая же пагубная, место, где он работает, тоже ничуть не изменилось, да и время не претерпело никаких глобальных (и даже малых) переделок.

Кстати сказать, последний фактор, именно время, проще всего обратить в свою пользу, если прислушаться к тому, что вам советует телевидение или радио. Что надо сделать? Запомнить (записать) неблагополучные дни и постараться не совершать того, что именно в данные периоды грозит вашему здоровью (рис. 21).

Поэтому я вам советую, обратите внимание своих подруг, друзей и близких, нацельте их на полезные действия, напомните им по телефону, что вот, мол, завтра день трудный будет, побереги свое здоровье.

Так, скажем, тем, кто страдает сердечно-сосудистыми заболеваниями, в такие нелегкие моменты (дни) нужна одна

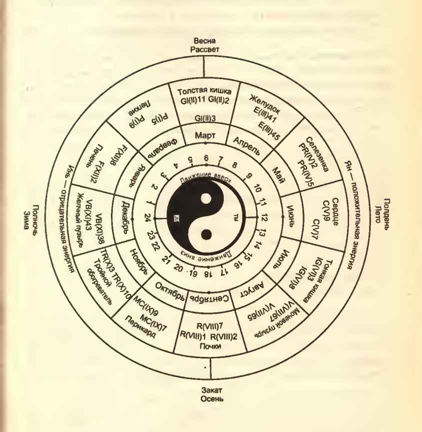


Рис. 21. Годовая и суточная циркуляция энергии.

профилактика, людям с дыхательными заболеваниями придется выполнить другие упражнения, к примеру, еду принимать избирательно (определенная диета).

Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний

Шавасана (поза трупа) — выполняете вечером. Исходное положение: лечь на спину (на коврик), руки лежат вдоль тела, ноги прямые, ступни на расстоянии около 20 см. Успокоить дыхание и затем мысленно пройтись по 17 областям ключевого расслабления, добиваясь ощущения тепла (или пульса) в каждой из этих областей: 1) пальцы ног; 2) ступни; 3) колени; 4) кисти рук; 5) локти; 6) плечи; 7) область паха; 8) промежность; 9) низ живота; 10) область пупа; 11) область сердца; 12) шея, горло; 13) губы; 14) кончик носа; 15) трикутта (точка между бровями); 16) точка на вершине головы (черепа); 17) область макушки. Старайтесь не засыпать при выполнении упражнения, сохраняя внутреннюю активность сознания при полном расслаблении тела.

Профилактика заболеваний дыхательных путей

Пранаяма. Сесть на стул. Зажав одну ноздрю, сделать естественный вдох и затем выдох, потом зажать другую и т. д. в течение около 3–5 минут. Выполнять вечером. Пальцы на правой руке сложить «козой» и зажимать ноздри попеременно то мизинцем, то большим пальцем.

Однако, поскольку с временной категорией большинство все-таки справляется более-менее, приступим к самому главному и самому трудному. *Сам по себе человек*, что он может в себе изменить-поправить и как? Так вот, очень многое может человек сделать для себя, для своего состояния. И не только телесного, но и душевного.

Есть у нас внутри прекрасный защитник, только вот мало кто осведомлен о том, что мы имеем право на собственного адвоката, данного нам от рождения и сопровождающего нас до последних часов на земле. Потому и не пользуемся мы

им, что не знаем ни о том, что он есть, ни о том, что он может для нас сделать.

Мы напрочь забыли, что есть в нас самих могучая сила, которая способна победить не только легкое заболевание, но и страшные хронические хворобы, выцарапать из тех лап (о них сказано в названии главы), когда они уже, кажется, сомкнулись над нашей головой.

И сила эта могучая — наша душа, наше подсознание, которая и придана нам для того, чтобы укреплять наше здоровье, она и нацелена с первого шага нашего по земле на выживание, на преодоление самых неимоверных препятствий. Помните, как сказано в Библии: перейди же ручей огненный!.. Значит, можно перейти его человеку?!

Если же не обращаться постоянно к своему подсознанию, не давать ему пищи, света, тепла, любви и внимания, то оно чахнет, чахнет и чахнет. Бытует такое выражение: мне хочется делать это просто для души... Так делайте же почаще что-то только для нее! До конца жизни сопровождает оно нас, наше подсознание, так пользуйтесь же чудесным спутником, берегите свое здоровье, телесное и духовное!

Как это сделать, как подключиться к душе своей? Оказывается, вполне возможно. Оглянитесь назад, в прошлые годы, и вы поймете, чего вы сами себя лишили, не восполняя потребности своей души, которая потому и закрылась, поникла...

Да, необходимо дать работу правому полушарию, любое творчество откроет вашу душу. Пение, рисование, игра на любом инструменте. Многие и забыли, когда в последний раз были в Русском музее, в Эрмитаже. А сколько поистине облагораживающих эмоций дает нам разглядывание картин, они как бальзам для нашего подсознания.

Давно ли вы выезжали в лес, чтобы просто побродить, послушать голоса птиц, изумиться красотой рисунка бабочки, что то и дело садится на цветок, словно предлагая вам полюбоваться на свой новый весенний наряд? Уверен, что если вы и выезжали, то только для сбора грибов, а некоторые для продажи их. Это не в счет, поскольку вы ничего и не заметили, вы и на минуту не сумели соединиться с природой, с космосом...

Вот, например, пения при застольях я давно не слышу. А еще лет пять-шесть назад (когда были самые сухие зако-

ны) пели же! Теперь же пользуются магнитофонами, проигрывателями, сами люди не поют. Но ведь именно пение (когда ведете вы самую незамысловатую мелодию) — самый могучий расчиститель всех каналов.

Спит ваша душа, ничто в ней не колыхнулось. Но возьмите как-то и запойте, найдите-купите песенник (ведь и слов-то никто не помнит, два-три куплета, а то и одного не припомнят), пусть не особенно и верно, как можете. Попробуйте дома, когда вы готовите обед, поглядывая на страничку, пропеть поначалу простые песенки, потом посложнее, вспомните, какие песни пели родители...

Вот возьмите старинную протяжную «Хасбулат удалой, бедна сакля твоя». Дивная легенда о любви. А мотив-то — «за душу берет», как раньше говаривали. Да, берет за душу хорошая песня, потому и тихо становится за столом, когда поведет ее кто-то, слова сказать не хочется, потому что подключились вы к душе своей, и словно благодать снизошла на вас...

А если мы вернемся к сегодняшнему празднику, то что же увидим? Сидят, курят-дымят и во весь голос, перебивая друг друга, спорят о политике. И все, и ничего больше. Отдохнули, называется. И плясать перестали. Танцевать просто необходимо, как угодно, кому что нравится, хоть современные танцы, хоть старинные (зажигательный краковяк один сколько радости принесет вам).

Двигайтесь под ритмы (ритм — это душа), это тоже настройка души, а когда загорается каждая жилочка в теле в быстрой пляске, то она (эта пляска) несет вам здоровье, берегите же его, пользуйтесь!

Пение, рисование, танцы необходимы человеку, как воздух, как свежий ветерок... Я не раз наблюдал, как пожилые люди с удовольствием танцуют под медленные старые полузабытые мелодии. Они приходят с таких вечеров помолодевшими, почерпнувшими огромный заряд здоровья. Это могут делать все, никаких противопоказаний!

...Замечательно выразился наш ученый собеседник: никаких противопоказаний! Вот уж точнее и не скажешь! Помню, как года три-четыре назад беседовала я со своими слушателями в Дюнах (в санатории). Показываю им, как надо массаж стоп делать. Поставила босую ногу на стул (дело на сцене происходит) и тру-растираю, а публика,

понятно, в шоке, поскольку за свою долгую жизнь (там отдыхали старушки намного старше меня) не видывали, должно быть, лектора босого.

Увлеклись мы манипуляциями со стопою, а тут музыка врывается в тишину зала, да этакая стремительная, развеселая (вроде «Малиновки»).

— Кончайте беседу, все на танцы! — приглашает администратор этаким властным голосом, которому возражать бесполезно.

Ну мы, конечно, все как один и ринулись, поскольку в фойе-то (где массовка была) никого, окромя нас и не было. Нельзя же было срывать мероприятие, которое в плане указано-написано, о чем и галочку каждый уважающий себя культработник должен в конце дня поставить...

И я, бабушка заводная, как некоторые уже и поняли-увидели, чтобы публика не сбежала, приняла участие, не стала и время тратить на переобувание, а так как была босиком и потопала, отчего народ был в полном восторге.

Одним словом, администраторша рот открыла от удивления, когда вся наша компания (сотни в полторы) пустилась в пляс, завелись, как говорится, с пол-оборота. И что же я увидела? Да то же самое, что и наш друг и собеседник Андрей Алексеевич. Сотоварки мои по возрасту вошли, что называется, молниеносно в тот ритм (о котором вам так подробно все время рассказывает он же), похорошели несказанно на лицо, глаза у них словно звездочки заблестели! Про молодость и говорить нечего... Такие па стали выделывать, которые и молодым не под силу... Потом пели под баян песни разных лет.

А тут и совсем недавно пригласила я к танцу тех, у кого был инфаркт (тоже беседу проводила у них). Недоверчиво взглянули на меня многие, но тут выступила вперед моя давняя слушательница, которая пришла на мою лекцию, и объявила: не бойтесь, Валентина Михайловна не даст пропасть, попляшете на славу.

И пошло как по цепочке далее...

И для души, и для тела такое не только отрадно, но и полезно, конечно же! Так давайте же будем лечиться музыкой да песнями, стремительными ритмичными плясками!

Ну что-то я заплясалась, завеселилась шибко, пора и честь знать, передать слово нашему суровому ученому, ко-

торый, кстати, и плясать так как я, например, вовсе не умеет, хотя всяких движений из йоги, каратэ и других учений освоил уйму. А что касается вопроса, перестала ли я на него сердиться, отвечаю утвердительно, потому что...

Да потому что молодой он у нас, еще не догнал ту девашку, что в лес его заманивала (посмотрели предыдущие странички, где предположительные данные описывались из его жизни?). Поняла я, выходит, что не со зла он этакое про любовь сказал, анализировать ее принялся.

Тут только тревога меня стала одолевать. И вот почему. Знаете, поговорка такая имеется в нашем русском языке: сапожник без сапог. Слышали? Не оказалась бы та прелестница, за которой он поспешит сломя голову в лесок, нехорошей (выражаясь мягко)...

Хоть он и видит вдаль, как говорится, предугадывать умеет, но, увы, ни один врач не может себя лечить, известно такое. И под носом у себя плохо видит человек, витающий в высоких сферах, а наш милый орленок, Андрей свет Алексеевич, ой как высоко парит над землею.

Впрочем, не будем горевать-печалиться, а станем надеяться, что не очень огорчится наш дорогой философ, ежели мы с вами возьмем да и подскажем, где живет-поживает и его поджидает милая, тонкая, славная, которая, конечно же, не будет ему палки в колеса ставить, требуя новых подарков и заграничных поездок, а примется подстилать под каждый его шаг на земле соломку, чтобы не ушибался он о горести и беды, чтобы выровнять его Дорогу.

Так, дорогие мои, во многом мы преуспели, даже вот и Андрея Алексеевича чуть ли не сосватали, а ему предстоит многое еще вам рассказать да поведать интересного и полезного. Слушаем-читаем внимательно!

Я уже говорил, что всего труднее в самом себе что-то изменить, и все потому, что человек разучился ладить с душою своею, прислушиваться к своему подсознанию. Поэтому и хочу вернуться к этой теме. Чтобы она запала вам в душу, чтобы вы смогли найти дорогу к самим себе. Ведь все это не так и сложно.

Понаблюдайте, как дети любят танцевать, только музыка зазвучала, ребенок пускается в пляс, пусть неуклюже, но ему так хочется подвигаться, инстинктивно чувствуя, как это

хорошо. И это понятно, защитник требует выхода, подзарядки, как аккумулятор мы заряжаем, да?

Ребятишки любят петь и танцевать, и не надо их останавливать, гасить это: не прыгай на одной ножке, в автобусе не поют... Ведь такими нравоучениями вы словно бы колпаком накрываете ангела-хранителя, и малыш становится болезненным, хилым.

Ваш сын или дочка еще и карандаш не умеют держать в руках, а готовы исчиркать всю книжку, им невероятно нравится водить своей ручкой по бумаге, видеть каракули свои. Но мы, взрослые, совсем забыли не только о цветных, но и о простых карандашах.

Попробуйте взять за правило, во благо свое, вечером сядьте и нарисуйте что-то, что почему-то запомнилось днем: чью-то фигуру, чье-то лицо, окно в автобусе, в котором вы возвращались домой, да что угодно! Всего-навсего пять минут, как будет получаться.

Конечно, нет среди нас Рембрандта, Васнецова, Репина, но дело тут вовсе не в мастерстве. Что же происходит, когда вы вроде бы и бездумно начинаете что-то малевать на листочке? А вот что. Включается память, как бы осязаемой становится связь между нею и вашей рукой. И вот именно в такие секунды активнейшим образом начинают работать ваши могучие защитные силы, они приходят вам на помощь, они творят чудеса!

Вы, должно быть, неоднократно замечали, что некоторые люди, разговаривая по телефону, что-то чертят, рисуют какие-то фигурки. Почему? Человек включает свое подсознание, защитные свои свойства. Если вы рисуете во время разговора (даже, когда и не говорите по телефону, скажем), то как бы защищаетесь, особенно если беседа вам неприятна, вам трудно ее вести.

И в любом случае, рисуете ли вы бессознательно (говоря по телефону или вообще беседуя) или вы решили что-то воспроизвести из увиденного днем (по моему совету рисовать каждый день), всякий раз вы помогаете себе, вы здоровеете.

Теперь, когда вы узнали кое-что о себе, о своих величайших возможностях своими силами помочь себе самому, приступим к рассмотрению следующего фактора, как влияет на наше состояние, самочувствие *место*.

Начнем с того места, на котором человек пребывает треть своей жизни. Это его постель, как вы догадались, ибо восемь

часов в сутки он отдыхает, подзаряжается, чтобы прожить следующий за ночью день.

Многие уже знают о геопатогенных тяжелых зонах, поэтому я каждому советую задать себе следующие вопросы: где стоит кровать (диван), не попала ли она как раз на такую вот зону, нет ли там вредного (а иногда и гибельного) излучения? Любой человек может разыскать их. Поручите это детям, они быстро тому научатся (находить их), определят и в своей комнате, и в других помещениях, а также смогут помочь всем близким и знакомым.

Тот, кто прочитал книгу нашей Травинки, тот давно освоил простую методику нахождения опасных мест в квартире, а также знает, что за зонами надо постоянно следить, поскольку они имеют обыкновение смещаться, так что можете поручить юным членам семьи контроль за ними.

Да, можно при помощи гаечки (маятника) не только разыскать те места, на которых опасно отдыхать, которые несут вам нездоровье, но также и защититься от вредного воздействия простейшим средством.

Как рассказывает В. М. Травинка в своей книге «Разыщи в себе радость», пищевая фольга может нейтрализовать излучение. Есть немало других материалов, которые могут в принципе в какой-то степени отвести беду.

Да, болгарский врачеватель предлагает фольгу, но научные исследования доказали, что далеко не во всех случаях исчезает опасность. Вредное излучение имеется на различных частотах, инфракрасное излучение влияет на кровеносную систему, а ультрафиолетовое — на нервную. И получается, что-то экранируется, а кое-что не поддается.

Как экранировать все, чтобы было как в барокамере, и создать себе наилучшие условия? Это очень сложная проблема.

Вот так всегда и бывает, увлечется своими научными изысканиями наш философ, и невдомек ему, что люди заволновались от всяких там излучений, которые простыми способами и не убережешь, а значит, те измерения еще пуще примутся вредить нашему здоровью.

А я так издалека чувствую, что тревога поселилась в вашем сердце от всех этих жутких зон, от которых просто спасу нет... Так вот, я хочу забежать вперед, не дожидаться, когда ученые мужи книжечку свою выпустят на эту тему.

Узнала я как-то в разговоре, что у самого Андрея Алексеевича есть наработки по приборчику-спасителю, который вместо фольги можно применять, что во сто раз надежнее будет...

Да, да, можно хоть завтра приступить к изготовлению специальных изоляторов от порчи спальных и других мест. И что самое обнадеживающее для нас с вами, сам наш дорогой гид по хворям и излечению их готов нам их предложить.

Как говорится, на Бога надейся, а сам не плошай. Конечно, никто не станет отрицать, что с душою надо на ты быть, чтобы не дичать-не звереть, и, конечно, в меру сил своих и способностей каждый, я думаю, примется за переговоры с нею, чтобы связаться с природой и космосом, вернуться к заре человечества, когда люди были неизмеримо ближе к небу, а также и к душе своей... Но приобрести то, что изобретено в нынешнем цивилизованном обществе (изоляторы, значит), просто необходимо для своей же конкретной пользы, для изничтожения этих гибельных лучей, что время от времени появляются как раз там, где мы долго лежим, либо работаем часами.

Приобретем и будем спасаться. Тем более, что вот и Андрей Алексеевич снова желает предотвратить зло, которое повсюду, как оказывается, имеется, даже в собственной квартире либо в вашей рабочей комнате... Вот, скажем, даже на собственной кухне.

Да, именно на кухне. Обеденный стол должен находиться на хорошем месте, тогда и еда пойдет вам впрок для восстановления сил (проверьте гаечкой, все ли тут в порядке). А ваша посуда?! Пересмотрите каждую чашку, тарелки, кастрюли. Ни единой щербинки не должно быть, только целое, потому что битая посуда приносит несчастье.

Не верите?! Возьмите ваш маятник (гаечку) в руки и понаблюдайте, как он будет себя вести возле скола. И сами убедитесь, сами подтвердите научные исследования: любой скол излучает отрицательную энергию, а значит, вредит вашему здоровью.

Ну раз попали мы с вами в нашей беседе на кухню, то дам я вам еще один совет, который возвращает нас к доброй старине. Предмету этому, вытесненному из нашего обихода цивилизацией, придавалось ранее большое значение, потому

что именно при еде создавал он особо благоприятную обстановку.

Речь пойдет о ложках. Вот когда-то смеялись над русскими: они, мол, черпак за голенищем носят. А тем не менее кусочек родного дерева помогал человеку в дороге-пути, легче переносились невзгоды...

По двенадцать-пятнадцать детей было в семьях, и было традицией российской вырезать для новорожденного ложку. Специалист-мастер подбирал дерево, такое именно, которое приносило здоровье малышу. Такое искусство называлось бить баклуши[5].

Сейчас исказился смысл этого выражения, считается, что бить баклуши, это значит заниматься ерундой, никчемным делом. А было это делом особым и очень важным для человека. Так что покупайте себе только деревянную ложку, поскольку она ваша помощница на каждый день. Пусть она будет даже декоративной, но не железной.

Каждый может подобрать для себя ее той же рамкой (маятником) и не надо обращаться к таблицам друидского гороскопа, в котором есть значительные ошибки, а потому вы не сможете правильно определить, какое же дерево ваше родное, вам предначертанное.

Не однажды ко мне на сеансах подходили люди: мое дерево дуб по гороскопу, но меня от него просто трясет, мне плохо... Таблицы были рассчитаны много-много тысяч лет назад, и к настоящему времени многое изменилось во Вселенной, сдвинулось с места, так можно сказать.

Однако же, нам пора вернуться к фактору, о котором мы уже завели с вами разговор, о *месте*. Как я уже говорил, место, на котором мы сидим во время работы, надо проверить очень тщательно. И снова вы сами можете это сделать, знаете как. Если кто не может научиться такому определению, надо обратиться к специалисту, ибо то место, где вы проводите так много времени, должно быть комфортно, вам должно быть уютно, тогда и труд будет спориться и уставать вы станете намного меньше, не говоря уже о том, что и болеть перестанете, как только избавитесь от тяжелых зон, о которых мы говорили и не раз.

---

[5]В южнорусском языке «балаклава» — некая емкость, чаша.

А что касается вопроса, как влияет на нас место жительства, то тут небезынтересно вспомнить слова одного из величайших прорицателей России Александра Сергеевича Пушкина (несмотря на свой несколько игривый нрав, был он на редкость мудрым человеком и, конечно же, связанным с космосом) — «им овладела охота к перемене мест...»

Есть такое выражение — душа просит. Слышали? Да, именно душа, подсознание как бы напоминает вам: пора сдвинуться с места и только поездка дальняя либо близкая поправит вас. Как мы уже с вами упоминали, отдаление всего на пять метров привносит что-то иное в ваше самочувствие. Потому так и важно, чтобы человек передвигался почаще и во всех направлениях.

Из литературы вы знаете, что любая российская семья в старые добрые времена непременно выезжала: то ли на воды, то ли на грязи, а о дачах и говорить не приходится. Кстати сказать, дачный сезон всю зиму ожидают дети, и до последних лет люди самого среднего достатка стремились снять какую ни есть «хибарку» для здоровья.

Что это значит для здоровья? Вам ли этого не знать! Какими свежими, с блестящими глазами, энергичными являетесь вы с загородной прогулки, а как сладко вы спите, погружаясь в детство, побыв часок-другой в тенистом парке.

А сейчас почитайте то, что навряд ли многим известно. Можно вылечиться от любой хронической болезни, если вы переедете в другой регион, так скажем. Почему? Что же происходит с вами?

Да, в настоящее время трудно переезжать, я знаю. Но разве есть что-либо дороже здоровья? Поэтому, если человек болен хронической болезнью и никакие методики, самые дорогие препараты, советы народных целителей не могут справиться с хворью — поменяйте место жительства, переезжайте, невзирая на затраты.

Ученые исследовали тысячу случаев, когда хорошо продуманный обмен привел людей к полному выздоровлению. Многим из них не раз говорили врачи: вам здесь не по климату, уезжайте, а здесь вы будете всю жизнь болеть. И как тут не вспомнить замечательные слова Поля Брэгга: болеть — это не значит жить.

Я объездил всю страну от Нарьян-Мара до Кушки, исколесил много зарубежных дорог, поэтому некоторым образом участвовал сам в подобном эксперименте.

А сейчас почитайте то, что пишет о перемене места Валентина Михайловна.

Да, подтверждается полностью ваш совет уезжать, если болеешь, и чем скорей, тем лучше. Можно даже спасти человека от самого худого, просто подарить ему жизнь...

Моей дочке было около двух лет, когда она впервые заболела воспалением легких. Ни кровинки не было в ее лице, когда я привезла ее из больницы, отчего темные глаза казались огромными. «Надо увезти девочку из Питера», — сказали врачи.

Я послушалась и повезла дочь в Тбилиси. Через год ей стало намного лучше, она стала пухленькой, и казалось, ей не грозит никакое осложнение. И хотя она жила, приехав с юга, у моей мамы за городом, где была корова, козочка и другая живность (а также прекрасный сад и огород), с первых же недель ребенок словно таял на глазах.

Снова под глазами появились синяки, как и прежде, стали бледными щечки. Дважды в течение года было воспаление легких, но удалось, казалось бы, снять опасность. Но вот пришла беда.

Ночью я проснулась от свистящего хрипа, который в тиши ночи казался особенно громким. Я подошла к кроватке и увидела, что девочка моя задыхается, замутненные глазки подсказали мне, что она без памяти.

Помню, как мы с невесткой укутали ее в одеяло и побежали к станции. Было три часа ночи. На наше счастье, нашли такси и помчались из Всеволожской в город.

В больнице имени Раухфуса нам сказали: через час было бы поздно. И снова она лежит бледная и маленькая, как дюймовочка, ее лечат новым способом: кроватки выставляют на холодный балкон, но на ее носике капельки пота, поэтому я не беспокоюсь.

Через месяц меня вызывает к себе профессор. Милая добрая женщина, которая годится мне в бабушки, долго перебирает листы истории болезни, словно не может решиться на что-то. Мне становится не по себе, руки у меня холодеют, и я сжимаю пальцы.

— Не надо так волноваться, — говорит она мне и разнимает с трудом мои пальцы. — Мы подлечили девочку, сняли воспаление, но...

Ох, это «но» и эта длинная пауза, они мне запомнились навсегда. Я тогда вовсе не умела плакать и, верно, потому сильно побледнела.

— Мамочка, будьте мужественной, ведь речь идет о жизни вашей девочки. Вы понимаете? Ее надо немедленно увезти из нашего сырого климата. Все бросить и уехать, потому что ваша девочка здесь жить не будет. Ей не поможет парное молоко, не помогут фрукты из вашего сада, ничего ей не поможет! Уезжайте. И чем скорее, тем лучше. Не дожидайтесь осени! Тогда уже будет поздно!

На прощание профессор обнадежила меня: быть может к годам 15–16 она и сможет жить здесь, но не ранее. И вот моя дочь поселилась в Грузии у своей родной бабушки, а я два раза в год приезжала к ней.

Да, она поправилась, стала просто красавицей, словно получила новую жизнь. Да, так оно и было, переезд сотворил чудо: с тех пор ни одного раза (а ей скоро сорок) не болела не только воспалением легких, но и вообще чем-то серьезным.

Профессор оказалась провидицей: в шестнадцать дочка получила питерский паспорт, а в 18 переехала жить в мой город, приехала на родину.

Да, с телом все получилось как нельзя лучше, а вот душу ее украли, как и любовь ко мне. Постепенно. Изо дня в день воспитывали в ней неприязнь ко мне. Я тогда и понятия не имела о том, что ведьмы, злые и жестокие, живут рядом с нами, а не только в сказках.

Не стану описывать эти страшные пятнадцать лет борьбы за обретение ее души. Да, зло победило... И может быть потому дарит мне нынче судьба столько любви от десятков, сотен моих слушателей, моих читателей, которые постоянно звонят мне, приходят ко мне, чтобы отдать свое тепло, которого я не получила (и не получаю сегодня) от дочери?..

Совсем недавно я поняла строки своей «Кукушки». Почему плачут мужчины даже когда я читаю ее со сцены? Потому, что это стихотворение обо мне самой, о моем горе, они входят в незримые вибрации с моими переживаниями, потому и льются слезы, должно быть...

Я думаю, что в самый раз привести здесь две строфы, от которых столько лет дрожит мое сердце...

Не верьте, будто бы кукушка
Не любит кукушонка своего,
Ошибся Бог, и нет кормушки,
И негде ей растить его...

И потому дитя в скорлупке
В чужую колыбель она кладет.
На сердце делая зарубки,
У смерти птенчиков крадет...

Ну все, не стану больше плакать и вас печалить, поскольку ваша любовь приносит мне охапки радости ежедневно, милые мои люди, за что низко вам кланяюсь...

Пусть нас снова порадует Андрей Алексеевич, у которого есть, как я понимаю, интереснейшая информация о том, что же именно делается с нами, когда мы надеваем рюкзак и отправляемся в путь.

Итак, вы решили попутешествовать...

Лечение путешествиями уникально! Это высший класс, это самый лучший способ поздороветь, потому как идет полное «промывание» человека, его каналов. Вот он пересекает земной шар, несколько континентов (как вы поняли, Андрей Алексеевич имеет в виду самого себя), много зон, которые бывают и благоприятными, и не особенно.

Трудно определить, что именно нужно для нижних чакр, для верхних. Получается, что для нижней чакры (для выделительной системы) данная местность вредна, а для головной — весьма полезна. Так вот, пересекая зоны вдоль, поперек, по диагонали человек как бы очищает самого себя от различных болезней.

Именно потому так благотворно действует на человека многодневная командировка в незнакомый край, именно потому столь приятна душе поездка на родину, где он не бывал с дней юности. Кстати сказать, встречи с полянами да перелесками, с полями и рощами не проходят для вашей души бесследно, воспоминания о далеких временах, когда вы были веселы и беззаботны, когда вы были здоровы, словно бальзам для вашего подсознания, который намного сильнее любого самого современного, настоенного на чистых травах (как пишут в рекламах) препарата, поскольку излечение идет изнутри, вашими собственными резервами-силами.

Рассказ Валентины Михайловны навел и меня на размышления. Почему поправилась ее дочь? Это можно объяснить. Какое-то время ей надо было прожить в городе детства своего отца, гены которого преобладали в девочке, очевидно. Ведь отец ее никогда не болел той хворью, которая чуть не погубила ребенка (как мне стало известно). И вот, пересекая одну зону за другой (Грузия не ближний свет, более 2000 километров от Питера), очистившись и промыв каналы, дочь попадает в ту обстановку, где жил отец. Всего этого было достаточно, чтобы она выздоровела, хотя с питанием в семье бабушки было очень туго. Так что история, рассказанная нашей Травинкой, подтверждает полностью мой постулат: хочешь вылечиться, переезжай в другое место!

Даже древнейшее лечение на курортах, на водах и грязях не решает полностью проблему выздоровления. Да, можно подлечиться, но все это временное явление. Проходит месяц-другой, и от пребывания в санатории или доме отдыха и следов не остается, та же серость на лице, исчезает загар, по-прежнему гнетет человека усталость, ибо болячки остались, никуда не делись. Выходит, что-то надо еще изменить, прибавить еще какой-то фактор, как мы с вами уже установили.

К слову сказать, сейчас мы и займемся рассмотрением еще одного из них (факторов-условий). *Окружающая среда*. То, что вокруг нас: вода, которую мы пьем, то, что мы едим, воздух, которым мы дышим. Если в окружающей среде завелись какие-то микробы, загрязнена атмосфера, водоемы, тогда и происходит заболевание, как вы уже читали.

Вот, скажем, воздух, которым мы дышим. Не буду вас расстраивать химическим составом его в нашем Питере, сами знаете, дышать трудно. Некоторые сокрушаются: вот, мол, поделать ничего нельзя, куда денешься.

А сделать можно, и не кое-что, а многое. Да, Питер наш на болоте стоит, вредно в нем жить. Его интеллектуальные центры работают прекрасно, а вот все, что касается здоровья, приходит в упадок.

И снова я зову вас в путь. Рядом с вами Пушкин, Павловск, Сестрорецк, там не только природа иная, но и воздух поистине целебный. Так отправляйтесь на природу, дышите свежим воздухом, внимайте шелесту листвы, смотрите на озерную гладь, почистите свои легкие от миазмов

болотных и застойных, приправленных еще и выхлопными газами из сотен машин.

Многие могут совершить такую прогулку без особых затрат. Даже один раз в неделю побывать за пределами нашей вредоносной котловины, и то польза превеликая. Уже не говоря о том, что сидение дома либо на лавочке возле парадной, лишение себя движения — дело совсем пагубное. Как вы знаете, из-за застоя в крови все и начинается, болезни прежде всего.

В основном мы разобрались во всех четырех условиях, коротко ознакомились со всеми четырьмя лапами капкана и уяснили, как они пагубно воздействуют на наше состояние. Теперь же попробуем снять на практике все конечности неприятного этого сооружения, которое нас залавливает (чаще, правда, мы сами себя туда и закидываем, в этот капкан, живем и не замечаем, как все сильнее и глубже вонзаются железки-лапки в наше тело, а то и душу прихватят), но не очень скоро отпускает, а то и вовсе держит нас в полусогнутом состоянии.

Как же выбраться, если уже попался, как уберечься, чтобы они нас не ухватили (лапы капкановы)? Тут я вам должен сразу сказать, все зависит от самого человека. И нет ничего сложного, тем более невыполнимого в тех рекомендациях, что я вам предложу сейчас.

Конечно, мы снова и снова будем обращаться к четырем условиям-факторам, которые, как вы поняли, ни в коем случае не снимаются с повестки дня. Любой из вас может и способен изменить что-то внутри себя и не болеть.

Как только он научится это делать, так сразу же и факторы как бы поутихнут, перестанут «давить». И каким же способом можно многое исправить в себе? Есть много способов. Вот, скажем, асаны (позы) из йоги.

Многие асаны проверены мною. И вот сейчас в Военно-медицинской Академии заканчивается проведение экспериментов по использованию шавасаны (одной из йоговских поз) для лечения легочных заболеваний. Эти опыты проводятся вместе со специалистами-пульмонологами.

Кроме того, можно воздействовать простейшей диетой и некоторыми упражнениями на нашего спящего защитника. Они как бы будят наши силы-резервы и заставляют их воевать, изгонять микробов изнутри. И это — реальность!

Совсем недавно на конгрессе по профилактической медицине (где я побывал) рассматривали, например, проблемы *онкологии*. Было много выступлений. О чем говорилось? Какие факторы влияют на заболевание? Окружающая среда, которую трудно изменить (воздух отравлен, водоемы загрязнены и т. п.), образ жизни? И его нелегко переделать.

Что же можно сделать? Да, многие предлагали особые диеты, редкие лекарственные препараты и все. Но, увы, на форуме не придали никакого значения самому важному — человеческому фактору. В то время как давно изучены величайшие возможности некоторых упражнений, которые может освоить любой человек. Они, эти упражнения, позы способны стимулировать выработку полезных веществ в организме и притом без всякой токсикации.

В человеке все есть! Не нужно добиваться особой гибкости растяжками. Самые простые позы надо освоить, и это уже доказано практикой: начинают поступать в кровь, насыщать ее особые, очень важные компоненты, которые принимаются бороться с тяжелым недугом. Да, трудно поверить, но это так, это факты, это доказано: человек перестает болеть онкологией, рассасываются даже метастазы! Они помогут любому, они никому не противопоказаны, изучите их, полюбите их, привыкните к ним, поверьте в их силу! Все в руках человека!

И чуть-чуть задумавшись, проснувшись словно от обыденной жизни, посмотрев на свое состояние как бы со стороны, проанализировав свои хворобы, вы настройте себя на то, что многое, очень многое можете вы поменять в этих составляющих, тогда и болезнь станет проходить.

Как вы помните, окружающая среда (снова мы к ней вернемся на минуту) — это и продукты питания, значит, возьмите на вооружение и диеты, направленные на данное состояние.

Но, пожалуй, важнее всего, если человек изменит свой *психологический, внутренний мир, образ жизни*. Высокие эмоции станут порождать возникновение особых веществ для борьбы с заболеванием. Да, человек может чисто эмоционально (это от христианства) победить любое из них, потому что побеждает вера!

Как правильно молиться, как суметь разбудить нужные эмоции в себе — к этому вопросу мы вернемся через несколь-

ко страниц, поскольку многие из вас хотят почитать, заучить и освоить те упражнения, о воздействии которых на самые опасные состояния я обещал рассказать более подробно.

Я много и досконально изучал вопрос, касающийся онкологических заболеваний, общался с народными врачевателями, записывал их рецепты, советы, сверял их с достижениями медицины официальной. Кстати сказать, поиски идут в одном и том же направлении. Поэтому и считаю себя вправе кое-чем поделиться с вами. Особенно занимала меня тема предупреждения заболевания, причины возникновения его, разновидность форм, которые, конечно же, имели одну и ту же первоначальную ситуацию, при которой возникала болезнь и стремительно развивалась.

Итак, *четыре упражнения против рака*, хотя эта тема будет немного обширнее, чем только упражнения. И к тому же несколько больше я дам самих процедур. Вначале я скажу о том, что предшествует заболеванию, онкологии, при каких условиях она развивается. В первую очередь это неправильный образ жизни. Неправильный, это значит отличный от тех физиологических законов, которые протекают в организме. И как только какая-нибудь часть в нем (в организме) начинает давать сбой, работать неправильно, то это все и дает предрасположенность к заболеванию, в том числе для развития онкологии, поэтому человеку просто необходимо знать некоторые законы, простейшие принципы устройства собственного тела для того, чтобы там не развивались болезни.

Положительное психоэмоциональное состояние, когда весело и радостно относишься к жизни, это самое главное и необходимое условие. Установлено, что любая онкология (мастопатия и др.) развиваются в тех случаях, когда снижена функциональная активность щитовидной железы, когда увеличен уровень липидов в плазме крови, т. е. жиров, когда нарушена пропорция сывороточных белков, когда обменные и регуляторные процессы дают сбой, и человеческий организм перестает приспосабливаться к изменяющимся внешним условиям, т. е. у него плохая адаптивная способность, и адаптогены (такие вещества, такие механизмы внутри) работают очень плохо.

Как человек может избежать такого сбоя? Прежде всего, профилактикой, предупреждением их (сбоев). Я предлагаю

простейшие советы по снижению опасности. Это диета, в которой употребление полинасыщенных жиров должно быть снижено до минимума, но были бы обязательно фрукты и овощи, цельные зерна, плоды шиповника, богатые каротином, и в то же время полностью должны быть исключены консервы, солености, копчености, алкоголь и табак, все это свести к минимуму.

А сейчас я предложу вам четыре сбора трав, которые тоже послужат профилактике и, кроме того, они могут остановить начальную стадию онкологии, заметно улучшить состояние больных, которые пользовались этими сборами. Но самое интересное, что такие же точно прописи я узнал и на территории Украины (в одной из мариупольских деревень), и в Белоруссии, и на Алтае. Получается, что народная мудрость как бы подтверждает официальные данные, либо наоборот — официальные данные основываются на советах народной мудрости.

Эти сборы общетонизируют, обезболивают, они противовоспалительны, обладают мочегонным эффектом, улучшают деятельность желудочно-кишечного тракта. Следует знать, что травы (сборы) применяют длительное время, не менее 5—7 лет, и либо сбор, либо их компоненты по возможности меняют только через 2—3 года.

Сбор № 1

Корень аира — 2 части
Вероника — 1 часть
Ноготки аптечные (календула) — 2 части
Кровохлебка (корень) — 2 части
Пастушья сумка — 3 части
Полынь обыкновенная — 1 часть
Сушеница болотная — 2 части
Хвощ — 2 части
Эвкалипт (лист) — 1 часть
Чабрец (трава) — 3 части
Трава дымянка — 1 часть

Две столовые ложки такого сбора помещают в термос, заливают кипятком (0,5 л), настаивают 4–6 часов. Принимают по полстакана за полчаса до еды. Курс лечения в

данном случае — 1 месяц. Две недели перерыва, затем опять повторение курса.

Сбор № 2

Березовый лист — 1 часть
Цветы клевера — 2 части
Листики земляники — 3 части
Трава омела — 1 часть
Цветы пижмы — 1 часть
Цветы ромашки — 3 части
Трава туя — 1 часть
Чабрец — 4 части
Ягоды шиповника — 4 части
Зверобой — 2 части.

Три столовые ложки сбора помещают в термос, заливают кипятком (0,5 л), настаивают 5 часов, процеживают, принимают по полстакана 3 раза в день за полчаса до еды. Курс лечения — 3 месяца с перерывом на 1 месяц.

Сбор № 3

Цветы бессмертника — 2 части
Корень валерьяны — 2 части
Душица — 3 части
Плоды жостера — 1 часть
Зверобой — 1 часть
Золототысячник — 3 части
Крапива — 4 части
Корень лопуха — 2 части
Листья грецкого ореха — 1 часть
Полынь горькая — 1 часть
Спорыш — 2 части
Фиалка (трава) — 3 части
Череда — 2 части
Корень конского щавеля — 2 части
Чабрец — 3 части.

Две или три столовые ложки сбора положить в эмалированную посуду, залить 0,7 л кипятка. Кипятят 15 минут на медленном огне, настаивают 0,5 часа. Принимают по полста-

кана 3 раза в день. Курс лечения — 3 месяца с перерывом на месяц.

Сбор № 4

Корень барбариса — 1 часть
Бузина черная (цветы) — 1 часть
Донник (трава) — 1 часть
Мята — 3 части
Подорожник — 3 части
Корень ревеня — 2 части
Плоды рябины обыкновенной — 3 части
Семя тмина — 1 часть
Корень цикория — 1 часть
Чабрец — 3 части.

Готовят отвар так: две-три столовые ложки трав заливают кипятком и настаивают полчаса. Затем ставят на 10 минут на медленный огонь. Процеживают. Остужают до комнатной температуры, принимают по полстакана 3 раза в день. Курс лечения 1 месяц с перерывом на две недели.

В Белоруссии в селе Ивановичи именно вот этим последним четвертым сбором знахарка лечила мастопатию. От этой народной врачевательницы я и узнал о целебном сборе. И там, где встречается донник (на Алтае, например), травы 4-го сбора успешно излечивали онкологические заболевания.

А теперь *4 упражнения*. Те самые, которые могут *воспрепятствовать возникновению раковых клеток в организме*. Что нужно делать? Начнем с комплекса, который необходимо проводить перед сном. Этот комплекс взят из йоги, и мой учитель — гуру в Дели показал его мне. Итак, *ардхакурмасана*. Она выполняется следующим образом. Человек становится на колени (на полу), сидит на пятках. Затем наклоняется и упирается лбом (тем местом, где начинают расти волосы) в пол и распрямляет ноги. Получается некий треугольник, вершиной (пятой точкой) вверх, голова упирается в пол, руки возле лба, сомкнуты треугольником, большими пальцами и указательными делаете треугольник и около лба и выпрямленные ноги носками упираете в пол. Это положение более простое, чем стойка на голове, потому что весь упор делается на ноги, и тем не менее все равно



Рис. 22. Ардхакурмасана.

происходит прилив крови к голове. В этом положении нужно оставаться 3 минуты. Потом медленно-медленно выйти из этого положения, опять сесть на пятки, перевернуться на спину, полежать около 1 минуты (рис. 22).

Следующее упражнение *бхуджангасана*. Переворачиваетесь на грудь, ставите руки возле (на проекцию своих плеч) и постепенно начинаете «закручивать» свою голову назад, к позвоночнику. Задираете вверх вначале голову, потом грудь, однако таз и низ живота плотно прижаты к полу. Участвуют в этом загибе и напряжены в основном продольные мышцы спины, шеи. Руки почти расслаблены. В этом положении также нужно 1—3 минуты отстоять, пока не начнется биение, подрагивание тела, что говорит о начале прохождения энергии, необходимой для выработки адреналина из надпочечников (такого вот эффекта можно достичь!). Потом также медленно возвращаетесь в исходное положение. Полежали примерно 30 секунд (рис. 23).



Рис. 23. Бхуджангасана.



Рис. 24. Випарита карани.

Затем следует перевернуться на спину и выполнить *випарита карани*, для чего ноги поднимаются вверх, а руки накладываются ладонями на поясницу, чтобы была опора. Локти упираются в пол, и вот поднятые вверх ноги, вместе с поясницей, образуют такую загибулину. Здесь еще необходимо подбородок плотно прижать к яремной выемке, для того чтобы была *джиландхара бандха*. Постоять в этой позе тоже 1—3 минуты. Затем ноги плавно опускаются вниз (рис. 24).

Поза трупа, *шавасана*, поза полной недвижимости, полного расслабления (рис. 25). И теперь уже можно отходить ко сну, сделать какие-то последние водные процедуры, для того, чтобы полностью перейти в сонливое состояние.

И еще несколько упражнений для профилактики и для улучшения состояния, если вот такая беда уже пришла в дом. Это китайский метод, которому меня научили в высокогорных районах северного Китая, и связан он с произнесением некоторых звуков определенным образом. Собственно, в том и заключается суть метода.



Рис. 25. Шавасана.

Звуки соответствуют определенным вибрациям, как вы знаете. Но главное вот тут в чем. Звуковая волна, которая идет от самого больного (когда он произносит тот или иной звук в соответствии с методикой), она как с внешней стороны (снаружи) достигает больной орган (конкретно), так и с внутренней — через образное представление.

И вот такая глубинная связь вибраций звука и образа, она-то и изгоняет болезнь.

Итак, для того чтобы произошло необходимое очищение организма (как вы осведомлены, болезнь — это грязь, попавшая внутрь), больной раком должен произносить звук «ХЭ». И притом не один раз, а *девять раз в день* необходимо произнести такой вот очищающий звук.

Если у больного изменилась в худшую сторону кровь (ее состав часто именно так и меняется после химиотерапии), то кроме первого звука «ХЭ» нужно произносить еще и звук «СИ», который повторяется *шесть раз.*

Вот как это должно происходить, если вы решили освоить такое лечение. Человек кладет обе ладони на больной орган — левая из них у него прижата к телу, а правая сверху лежит на левой ладони. И именно в таком положении рук человек начинает произносить сначала первый звук («ХЭ») — девять раз, а затем звук «СИ» — шесть раз.

Если же у вас заболевание печени, желчного пузыря, сухожилий и глаз, то вы начинаете проговаривать иные буквы, а именно — «ГУ-О» (рис. 26).

Если вы обеспокоены состоянием сердца, тонкой кишки, языка, то надо говорить «ЧЕН» (рис. 27), при болезни селезенки, желудка, мышцы рта годится звук «ДОН» (рис. 28), а если не в порядке легкие, толстая кишка, кожа,



Рис. 26. Звук «ГУ-О».

Рис. 27. Звук «ЧЕН».



Рис. 28. Звук «ДОН».



Рис. 29. Звук «ШЭН».

нос, то звук уже меняется, он такой — «ШЭН» (рис. 29). Если вы повторяете коротенькое «Ю» (рис. 30), то помогаете выздороветь почкам, мочевому пузырю, вашей костной системе.

И снова обратите внимание на то, как это надо делать. Накладываете руки, как сказано выше, на больную область и однотонно (как заклинание) произносите звуки от 10 до 20 раз, чтобы вибрациями, исходящими от них, уменьшить новообразование опасных клеток, прекратить их рост и даже метаболизм (деление клеток).


Рис. 30. Звук «Ю».

Вот такие упражнения для борьбы с раком я предлагаю. Повторюсь, все это выверено в клиниках, получены обнадеживающие результаты: эти способы блокируют размножение раковых клеток и во многих случаях уничтожают их.

А теперь, как я вам и обещал, вернемся к молитве, к ее удивительному и чудодейственному «умению» помочь человеку, избавить его от многих бед, оздоровить его.

Да, есть люди от природы эмоциональные (это артисты, творческие работники и т. д.). А как быть простому человеку, как приобщить его к молитве-помощи? Надо обратиться для этого к Евангелию. Да, просто надо повторять слова ее (молитвы), и они включат вас в оздоровительное эмоциональное состояние, чтобы вы смогли сами справиться с хворью.

Но не один и не два раза надо произнести слова молитвы, а, как сказано в святой книге, 490 раз: семь раз по семьдесят!

И вот при таком количестве повторений вступают в бой за твое здоровье, дорогой наш человек, особо важные центры. Да, все зависит именно от времени повтора.

Один раз ничего не сделаешь, два-три раза скажешь, снова ничего не добьешься. А вот так, капля за каплей (наподобие как вода точит камень) слова эти действуют на подсознание, а в конце концов на нашу соматику, поскольку организм управляется двумя путями, других не дано.

Первое — нервы, второе — гуморальный путь — химия, продукты питания, воздух. Одним словом, все, что нас окружает и входит в нас. Вот это психоэмоциональное напряжение при многократном произнесении молитвы и включит гуморальную (телесную) регулировку оздоровительных процессов в организме.

Таким образом, надо довести систему как бы до «точки кипения», чтобы включился «рубильник», а дальше все пойдет автоматом. Слова же молитвы выверены. Каждая

буква, каждый звук, который мы произносим, соответствует определенной вибрации. Это частотные характеристики: гласные, согласные, шипящие и т. п.

Это частотный диапазон, тембральный окрас и т. д., все учтено, все проверено и перепроверено. И каждая вслух произнесенная буква, слово, фраза, обладают не просто энергией, но и *исцеляющей силой* для человека.

Произнесение вслух, когда все в человеке начинает вибрировать в исцеляющем ритме, в исцеляющем, оздоравливающем режиме внутри человека, все это и приносит выздоровление. Попробуйте на первый раз хотя бы 100 раз повторить молитву, провибрировать, и вы почувствуете, как благотворно на вас подействуют, какими изменениями отразятся такие повторы на вашем состоянии!

Надо знать, что в Библии, в этой мудрой книге, все построено на опыте человеческой жизни, надо просто уметь читать. Конечно, сам человек, как я уже говорил о том, не всегда (и не всякий) может справиться с произнесением такой целительной молитвы. И тут ему на помощь может прийти экстрасенс, целитель.

Я тоже на своих занятиях, а также на сеансах провожу чтение молитв, и эффективность, как я уже упоминал, от такого действа преогромная...[6]

Хотелось бы подвести некоторые итоги беседы, но наша Травинка снова с чем-то не согласна, либо вопрос какой-то она хочет мне задать... Уважим нашу собеседницу...

У меня несколько иной взгляд на молитву, хотя и не совсем просвещенный, что и понятно: я не была атеисткой (поскольку вопросы религии мне не были знакомы долгие годы) и тем паче не слыла верующей.

Я считаю, что к Богу, к космосу надо обратить жар души своей, а уж какими словами то выразить, это решать каждый должен самостоятельно, какие в сердце найдутся...

Но коль скоро наш любезный автор все просчитал досконально в ней (в молитве, значит), в каждой буковке, каждому звуку в ней сообщил энергии своей посыл целебный, то я, как и вы, надеюсь, готова приобщиться, дабы подлечить то, что вышло из строя в моем теле.

---

[6] См. Приложение.

И все же... Что же мы будем как попугаи повторять за ним слова и фразы, пусть они и полны силы волшебной. Некоторые из нас (а их немало на его сеансах, таких именно), только то и делали более семидесяти лет, что повторяли (лозунги, правда)...

Неужели и вам, дорогой наш врачеватель, не нужна наша инициатива? Еще совсем недавно мы сидели на сеансах доктора Коновалова, открыв рот и мечтая о том, что вот-вот нам и закинут что-то в него, полезное для изгнания хвори...

Вот если бы наш автор научил-сообщил нам слова молитвы, о которой идет речь (в которой все буковки выверены, все звуки...), чтобы мы сознательно (на чем автор настаивает в каждой своей теме) под его руководством, конечно же, тоже стали вибрировать, засылая вовнутрь на определенных (наукою) частотах в необходимом диапазоне нечто такое, что наш организм принял бы как сигнал к действию и... стал бы крепнуть и крепнуть...

А вам, милый наш доктор, только и осталось бы чуть-чуть, совсем слегка, сфокусировать кое-что из хаоса, царящего в каждом из нас, и баста!

Вопрос, который задала Валентина Михайловна, вполне правомерен, и просьба ее тоже законна.

К слову будет сказано, когда я поначалу давал сеансы в больших залах, и притом бесплатные, то таким вот образом и хотелось мне их устроить: лечиться всем вместе божьим словом. Однако вскоре я понял, что нужно подготовить моих пациентов к такому, вселить в них веру в победу над болезнями, какие бы они ни были, чтобы сразу же, с первых же встреч многие могли бы убедиться в высокой результативности такого действа, такой общей молитвы.

Однако все еще у нас с вами впереди! А сейчас еще несколько страниц, которые как бы подведут итог нашему длинному разговору. Хочу дать вам пять вопросов, отвечая на которые, вы сможете понять, где вы ошибаетесь по жизни, в отношении к своему самочувствию, к душевному состоянию, почему вы так часто спотыкаетесь, не видя перед собою прямой дороги, по которой и идти-то намного легче.

Как правило, поведение человека непредсказуемо, и он многое делает без включения ума. А вопросы он такие должен перед собой поставить: *когда? зачем? что? где? чем?* Простые очень вопросы, казалось бы, но, к сожалению,

редко кто такие именно вопросы себе задает, прежде чем приступить к какому-то делу, совершить тот или иной поступок...

Отвечая на эти вопросы, можно, однако, понять, нужно ли тебе что-то из задуманного или нет, скажем. Чтобы не было пустой траты времени (никчемные дела утомляют человека, от них люди устают более в несколько раз, чем от полезного и интересного дела, а еще профессор Залманов говорил, что усталость — это первая стадия хронической болезни, если ее не снять сразу же).

Можно разложить проблему снова по полочкам и понять, что же нам мешает, почему же нам нездоровится. Человек, как правило, чувствует, что где-то плохо, что-то происходит не так, но что и где корень зла, как говорится, не может понять иной раз. А если задать себе эти вопросы, спросить себя и получить ответ, то можно вполне избежать плохого.

Вот такой вопрос давайте зададим: что за люди меня окружают? Можно ли им довериться? И представьте себе, как только вы в своей компании, в своем окружении досконально разберетесь, сразу легче станет ваша жизнь, что и здоровью вашему поможет.

А теперь попробуем, к примеру, сосватать нашего молодого философа. Пусть сам он и ответит на все эти вопросы, если, допустим, кандидатура (невеста) уже имеется в наличии.

Итак, вопрос первый: *когда*?.. Лучше всего такое дело (сватовство) начать по осени, поскольку к весне, к теплу в семье появится ребенок.

Зачем? Для создания семьи, для душевного обогащения, для передачи духовного, а не материального наследства, чтобы род продолжал путь сердца, чтобы имя и фамилия несли в себе душевный опыт поколений.

Что? Семья — это живая клетка, в которой ни на секунду, ни на одно мгновение не прекращаются обменные взаимопроникающие процессы и явления. Если обленится душа и будет почивать на лаврах прошлых успехов, сразу же в эту нишу бездуховности вползает «черная кошка», которая затем может превратиться в сущего дьявола.

Где? Конечно, «с милым рай и в шалаше», но как минимум в Санкт-Петербурге этот «шалаш» должен быть

двухкомнатной квартирой. Это материальный фактор, но обязательный.

Чем? В первую очередь, используя здоровое тело и здоровый дух. Тело будет крепким фундаментом для интимных отношений, а дух — для сердечного общения, ласки, шуток и взаимного обогащения.

Эти вопросы должны задавать себе оба партнера, возвращаясь к ним каждый день и сверяя, все ли так, как было в самом начале.

Глава V

ЛАПТИ ХОРОШО, А "СКОРОХОД" НАШ?..

Гоняясь за самым модным и сверхмодным, люди, видимо в спешке, стремясь перегнать и перещеголять друг друга, запамятовали, для чего нужна одежда, каковы ее функции, как велика ее роль в улучшении нашего самочувствия. Здесь напоминается об этом читателям, предлагается взглянуть на себя повнимательнее, и не только в зеркало, где отражается наш внешний облик, а больше в глубину себя, чтобы понять, насколько далеко мы ушли от полезного даже в таком вопросе, как наша одежда и обувь...

Ну и заголовочек придумали авторы, просто на стенку в детском садике повесить — самое место будет для него, так вы думаете? Что ж, будет вам и белка, будет и свисток. Поговорим мы и о прославленном на весь мир нашем питерском «Скороходе», побеседуем и о ребятах именно детсадовского возраста, что особенно важно, чтобы проложить ниточку между упомянутым производством и малолетними гражданами страны (их еще раньше называли цветами жизни, если помните...).

А связь имеется, и довольно тревожная, если досконально разобраться в том и пристальнее взглянуть, что же именно худого в ней (связи, значит) для здоровья не только нашего, но, что куда важнее, наших детей.

Пока вы привыкаете к столь необычному названию главы, осваиваетесь в возникшей ситуации (о лаптях-то давненько мы не вспоминали, о чудесной этой обувке из бересты целительной, в которой шагали наши ножки сотни и сотни верст и ничуть не уставали, по той причине, что именно снизу, в наши ступни, и шла та редкой силы энергетика, которая питала наше тело, давала ему силы побеждать расстояния с легкостью), Андрей Алексеевич познакомит вас с тем, как одеваются на якобы чрезвычайно цивилизованном

западе, в Америке, на континентах, где живут темнокожие, поскольку наш гид объездил весь мир и ему есть чем поделиться.

А затем постепенно-постепенно он пересечет границу, и мы вместе с ним присмотримся к нашим домашним заботам о платьях и блузах, об одежде, как в нашей якобы не совсем цивилизованной местности живут-поживают модницы разных возрастов и всякого достатка, то есть и бедные, и богатые, которые и у нас теперь имеются, как вам известно из прессы.

Одеждой мы называем красивые вещи: платья, костюмы, пальто, шубы. Цвет одежды, фасон, ее современность, модность оказывает огромное влияние на наше психоэмоциональное состояние, особенно на женщин (иная девушка и на вечер не пойдет, если не готово новое платье, скажем, просидит дома, а то и плакать примется...).

В странах Запада одежде придают большое значение. И когда американцы говорят, что они практически не замечают, кто во что одет, то верить этому нельзя. Да, они одеваются весьма и весьма просто. На ногах кроссовки, у многих шорты и майки (так ходят не только молодые, но и пожилые люди).

Но вот что нужно отметить. Кроссовки и шорты непременно должны быть самой последней моды. А самое главное — престижность фирмы, которая их изготовила.

Каждому классу там (на Западе и в Америке) соответствует та или иная фирма, концерн, который их обувает и одевает. Рабочие приобретают вещи в одном магазине, руководители офисов, скажем, — в другом; в третий приходят за покупками врачи, адвокаты.

Иному человеку кажется, что просто невозможно различить по качеству, по фирменной этикетке костюмы, джинсы или что-то еще, во что одеты американцы. На самом же деле самим американцам или европейцу, который остановился в Нью-Йорке, сразу все понятно, поскольку глаз у них наметан, и именно по одежке там тебя начнут уважать либо не особенно будут с тобой церемониться.

Да, они тоже придают значение, и немалое, всем этим перышкам да пятнышкам, подражая природным цветам, что очень важно для противоположного пола, но главное

здесь — информация особого плана: кто к какому клану принадлежит. Эта информация появилась в результате развития цивилизации, которая, как считается, одаривает человека благами, а на самом деле приносит ему больше вреда, чем пользы, строя атомные электростанции, производя синтетическую одежду.

Такая информация нужна для того, чтобы сразу же сориентироваться и вести себя так, как нужно в данной ситуации. Если, скажем, перед тобою руководящий работник, с ним нужно разговаривать одним тоном, а если рабочий, то для него имеются в запасе совсем иные выражения, совсем иное обращение.

Обувь же определяет, характеризует несколько иное. На Западе (в Америке), если мужчина идет в черных лакированных ботинках, будьте уверены, что он идет либо в офис, либо из него. Это униформа. У таксистов и у менеджеров ботинки совершенно одинаковые. Просто одни из них дешевле, а другие стоят тысячи долларов, хотя по внешнему виду они почти одинаковы, трудно различить.

У женщин там свои различия в одежде. Если это официантка, то у нее есть три вида одежды, если она работает в офисе, менеджером или адвокатом, то одежда совсем иная, но опять же трех, четырех, пяти видов. Нам кажется, что там полная свобода и одеваются они кто как хочет. На самом деле это вовсе не так.

К этим различиям люди относятся очень серьезно. Как-то я зашел в очень дорогой магазин, чтобы приобрести нужную мне вещь. У меня при себе был пакет из магазина дешевой распродажи. И вот замечаю, что на меня косятся. Недоумевают, выходит, почему я из того магазина пришел к ним. У них так не принято!

Если одна семья принадлежит одному социальному слою, она всю жизнь будет ходить по магазинам дешевой распродажи. А другой — из другого социального слоя — положено покупать вещи совсем в ином месте. Такое положение сразу бросается в глаза.

Мы не обращаем никакого внимания на название фирмы, на пакете, в который вам завернули покупку. А на Западе, особенно в Штатах, каждый читает это название как информацию о том, кто есть кто. Это западный образ жизни,

поскольку они все больше отходят от естественного бытия, от души, заменяют это внешними признаками отличия. Там главное — финансовое положение человека, а не его способности и таланты.

Сейчас в мире появилась могучая индустрия моды, производства одежды. Но в одежде заключены еще и утилитарные свойства. Она должна защищать человека от холода и дождя, давать полную свободу в движении, особенно это касается обуви.

Сейчас я перейду к советской моде, к советскому образу жизни, расскажу поначалу о том, как нас обувают, а затем о том, что мы одеваем и как это относится к нашему здоровью, положительно или отрицательно. Будем считать это продолжением темы «окружающая среда».

Итак, о советской обуви, ныне российской. Наша обувь делается на неудобных колодках, за исключением, пожалуй, «Саламандры» (в ней сочетаются немецкая практичность и удобность). А обувь, которую предлагают малышам? Она ведь как испанский сапожок для пыток. Вставляет туда малыш ножку, и подвижность голеностопа утрачивает природную степень свободы.

И если ребенок с раннего детства носит такие неудобные ботиночки, то последствия бывают просто *катастрофические*. В чем же тут дело?

Поскольку наши ноги (их подвижность, их функциональность) связаны с такими психическими центрами в нашем мозге как устойчивость в жизни, социальной, в том числе (есть, как вы, вероятно, не раз слышали, такое выражение: «он крепко стоит на ногах»), то малыши наши, лишенные чуть ли не с рождения (во всяком случае, с первых кожаных ботиночек, туфелек) именно этих степеней свободы (когда голеностоп как бы связан, привязан к ботинку) и во взрослой жизни постепенно лишаются этих свойств, черт характера — гибко и свободно шагать по жизни, менять профессии, перестраивать свою судьбу.

Психика становится малоподвижной, человек боится сделать следующий шаг, будто привязан к колышку. Ученые проводили много экспериментов, изучали статистику. Я тоже занимался этим вопросом... Впрочем, у Валентины Михайловны, видимо, тоже есть что-то сказать по данному поводу. Я не ошибся?

Ничуть. Просто как-то и не собраться сразу с мыслями, до такой степени ошеломила меня информация. Выходит, от неудобной обуви, из-за жестких колодок и жизнь наша становится... Конечно, разве двигаться в путах легко? Раз вопрос принимает такие глобальные масштабы, беру слово...

Помню, лет двадцать тому назад или чуть меньше делала я большую передачу о фирме «Скороход». Сотни жалоб приходило на радио о том, что просто невозможно носить скороходовскую «железобетонную» обувь, что от нее-де «портятся» детские ноги и у взрослых тоже возникают проблемы, как пойти в гости и просидеть там часа два-три, поскольку возвращаться приходится чаще разутым.

Так и называли ее наши слушатели: колодки, а не обувь. И раскупалась она очень-таки неважнецки, поскольку каждый стремился приобрести себе что-либо нескороходовское. Конечно, все знали, что импортное носится чрезвычайно недолго и при первом дождике имеет обыкновение разваливаться на части (знаю о том на личном примере, так как синие замшевые китайские лодочки заморской красоты пришлось бросить в урну из-за ливня, который меня застал на пути домой).

Одним словом, подкованная такими вот жизненными ситуациями, отправилась беседовать. И что же? Оказалось, кожу не обрабатывают как ранее (в царские времена, значит), не выдерживают в специальных растворах, поскольку якобы нет на то времени у производителей обуви для граждан, потому она такая жесткая, что и молотком ее не разобьешь.

Затем я получила интереснейшую информацию о том, что в упомянутый выше период дамские и детские туфли изготавливали из кожи козочек, что и делало туфельки особенно мягкими и легкими и, конечно, не сковывавшими ножки детей и дам. Под Петербургом были хозяйства, где разводились именно эти прелестные животные (они еще очень любят березовые листочки щипать), которые при дойке к тому же давали... нет, не молоко — нектар, что отправлялся в больницы для лечения тяжелобольных, вместо таблеток и уколов и другого, позднее придуманного...

И от скольких бед можно было бы избавиться, ежели бы возродились такие фермы! Вот автор пишет, к каким серь-

езным последствиям приводит твердокаменная обувь из невыделанной как следует кожи. У детишек, скажем, сразу же, как им покупают такую обувинку, закладывается этакая неуверенность, которая непременно весьма пагубно утверждается по мере взросления на жизненном пути, а у женщин по той же причине пойдут-разовьются всякие неприятности во всех, присущих ей как будущей матери органах, что в животе располагаются.

И вот тогда еще и возник у меня вопрос… Но в связи с тем, что в те годы его было некому задать, давайте, сейчас я его обнародую.

Я думаю, что Андрей Алексеевич мне такую вольность разрешит, ибо его этот вопрос тоже очень волнует, что вы сразу поймете из его содержания. Итак: почему, по какой причине жители нашей страны носили и по сей день носят этакие ужасные ботинки-туфли, от которых деформируются-болеют их конечности, позвоночник и другие не менее важные органы в теле… И не только, как оказалось и как утверждает автор, страдало тело, но и душа, то есть психика в довольно заметной степени перекашивалась…

Я лично, уповая на свершение всего только что упомянутого (чудеса и прочее), времени понапрасну не теряю, поскольку жизненного пространства у меня имеется не так уж и много. Хожу часто-часто дома и в парке, и по земле, и по снежку босичком и не спешу получить в виде помощи (за небольшие деньги) ту самую скороходовскую продукцию типа сапог либо туфель осенних и летних, которая еще с тех незапамятных времен залежалась на складах…

Ну вот, написала, и стало на сердце намного легче. А что, если глас вопиющего дойдет, а что если примут меры? А что, если что-то вроде закона-постановления сочинят в Думе: немедленно, мол, перестать из невыделанной кожи выпускать ботинки, туфли и подобное, калечащее ноги граждан, и поскольку душа человеческая получила в нашей ставшей почти демократической стране некие права, обеспечить уход за душою посредством выпуска достойной наших людей обуви!

Я надеюсь, что мое выступление не вошло в противоречие с наукой, которая досконально выяснила, сколь вредно пользоваться подобной продукцией.

А сейчас наш собеседник продолжит рассказ о том, что нам одевать-обувать надо, чтобы из обувки и блузок тоже пользу извлекать для здоровья, а не ухудшать его в угоду моде, которую превратили некоторые не совсем хорошие члены общества в бизнес, не считаясь совершенно с гражданами, с их самочувствием, значит. Им бы только деньгу зашибить, и чем больше, тем лучше.

А мода-то, оказывается, в разных населенных пунктах своя...

Да, она не одинакова. В одних странах и регионах одни представления о красоте человеческого тела, а у других народов совсем иные. Вот, например, в Африке, поскольку там среди жителей племен сексуально притягательным органом женщины является первичный половой орган, верхняя часть тела (грудь) совершенно открыта, и это никоим образом не влияет на возбудимость.

Или, скажем, у некоторых племен на том же континенте половой член является ярким украшением, для него изготавливаются специальные футляры, он как бы выставляется напоказ. И мужчины ходят с этими футлярами как ни в чем не бывало: чем больше футляр, тем больше якобы сам орган (я уверен, что там обмана не допустят те же мужчины). Это считается вполне нормальным, нисколько не предосудительным.

А ведь в европейской цивилизации, к которой и мы принадлежим, такое выглядит безнравственным. В наших деревнях (да и городах, мне кажется) мужчину с этаким футляром просто-напросто закидали бы камнями. Хотя в общем-то всякая мода призвана именно подчеркивать достоинства, либо женские, либо мужские...

Правда, некоторое подчеркивание, я сказал бы весьма и весьма ошибочное, иной раз дезориентирует. К примеру, высокий каблук. Вспомним, когда и для чего он появился. Оказывается, в XVII веке пристрастились к нему модники и модницы. Потом все пошло по нарастающей, он стал из десятилетия в десятилетие (а то и чаще) удлиняться, потому что кто-то решил (из модельеров, всего скорее), что нога женщины от этого станет выглядеть стройнее и длиннее, а следовательно, и красивее.

По картинам Рубенса можно судить, что представления о красоте женского тела были совсем другими, чем нынче.

В те времена обилие телес, как выразилась бы наша Травинка, считалось прекрасным, привлекательным, соблазнительным для противоположного пола (правда, в наших деревнях и до сих пор полноту принимают за признак здоровья, это крестьянская психология, поскольку сильная телом женщина полезнее в хозяйстве, чем тщедушная).

Сейчас же такая стройность, воздушность, мальчиковатость, высокий рост стали более престижными (модными) в женской фигуре. И тут высокий каблук играет немалую роль, — удлиняется нога, появляется стройность, очень красиво, — считают некоторые.

Красиво? Однако же к физиологической красоте это не имеет никакого отношения, да будет вам известно, дорогие мои женщины, желающие понравиться мужчине. Имеется так называемый трохантерный индекс для оценки сексуальности, который складывается из отношения роста к длине ноги.

И те, кто знаком с такими выкладками, знают, что длинная нога как раз не является решающим признаком и ни в коем случаее не притягивает мужчину, который вам приглянулся.

Я советую вам изучить таблицу 2, поработать с ней, подумать над теми данными, которые в ней имеются, и многим это поможет не ошибиться в выборе надежного спутника.

Кажется, что для наших джентльменов (в хорошем смысле слова) все это безразлично, но это не так. Подсознание чутко улавливает истинное положение вещей. Какая бы ни была модная одежда, каким бы ни был высоким каблук (от которого якобы такой стройной становится нога), мужчина именно наитием чувствует, есть что-то в женщине или нет в ней ничего (конечно, это касается лишь тех, у кого есть чувствительность).

Вас ведь удивляет, если тот, на кого положили вы глаз, как теперь принято выражаться, подошел к какой-то «замухрышке», у которой и чулки штопанные, и каблук сносился, да к тому же и совсем маленький, не так ли?

Конечно, если представитель противоположного для вас пола перешел на интеллектуальный уровень, который у него замусорен искаженной информацией, неправильными представлениями о красоте, о сексуальности, о здоровье, то что с него и спрашивать, что от него требовать. Ему, конечно,

кажется, что все здорово, раз он разыскал в толпе этакую длинноногую, стройную, одетую по последней моде, накрашенную и разрисованную до такой степени, что ночью испугаешься, то все будет замечательно в его семейной жизни.

А ошибка выявляется другой раз уже через месяц после свадьбы, в лучшем случае через год. Следствие ошибки — развод, как вы знаете. Вот и получается, нога длинная, каблук высокий, одежда «ультра», а семьи распадаются повсюду. Количество разводов в Америке — 50 процентов (по первому году), а у нас еще больше, то есть состояние крепости семейных очагов просто катастрофическое, что отражает один к одному, как известно, здоровье общества.

Вдумайтесь в зти цифры. Почти каждая вторая семья распадается, дети рождаются больными (до 35 процентов, по статистике). Вдумайтесь, и вы поймете, что все не так просто, как многим кажется. Попробуйте сопоставить два эти понятия: мода и все, что вокруг нее, и выбор спутницы (спутника).

Вы, вероятно, поняли, что меня все зти аспекты интересуют только по причине ухудшения нашего здоровья, как нравственного, так и телесного, что безусловно связано друг с другом. Нет нравственного — не будет и физического.

И снова я хочу поговорить с вами о нашей обуви. Вот шпилька появилась. Длинный, предельно тонкий каблук, который, как вам кажется, делает ногу длиннее, стройнее и т. п. И что примечательно, многие из вас читали и не раз о вредности для здоровья таких туфелек. Искривляется ваш позвоночник (особенно у молоденьких), неправильно распределяется нагрузка на все тело, а не только на костный остов. Далее, портится (необратимо!) голеностоп и многое другое (о чем немного позднее).

Да, путем интенсивных тренировок можно научиться и балетные па делать на высоких каблуках, как зто демонстрируют наши танцовщицы. Многому можно научиться, но приведет ли это к здоровью? Навряд ли!

Шпильки вредны, но я точно знаю, никто из читательниц, прочтя эту книгу, и не подумает отказаться от них. Для них я и хочу дать несколько упражнений, чтобы сберечь их голеностоп, спасти от разрушения не только его косточки, но еще и многое другое. Такие упражнения не только

восстанавливают голеностоп, но и улучшают состояние позвоночника после того, как женщина проходила целый день на этих гвоздиках-шпильках.

Упражнение первое, расслабляющее. Сразу после того, как вы откуда-то пришли, снимите свои «замечательные» туфли и ложитесь на спину. Потрясите ногами, чтобы кровь отлила от них. Можно это делать под музыку, чтобы было веселее.

Теперь *разминающее движение*. Для этого надо сесть на пол. Одну ногу вытяните, а другую положите буквой «Г» на бедро, теперь, подхватив под локоть предплечьем одной руки эту ногу, покрутите другой ногой свой голеностоп. По часовой стрелке, против нее, вперед, назад, по-всякому.

А далее — *вис на перекладине*, обязательно! Если же перекладины нет, то надо лечь, сгруппироваться (калачиком, как вы знаете) и покататься спиной по полу (по толстому паласу или ковру). Это необходимо проделать для позвоночника.

Все это тот минимум, который поможет вам спастись от сколиоза, от преждевременного наступления климакса, от ранних гинекологических нарушений (они возникают от неправильной иннервации позвоночника и кровераспределения в нижних органах, которых, как известно, у женщин в нижней части живота намного больше по физиологии, чем у мужчины). Особенно важны такие упражнения для беременных (при нормальной беременности).

Заметьте, что в народных танцах, у всех народностей, от Африки до Северного полюса, от Америки до Австралии женщины никогда не танцуют на каблуках. Или в сапожках с низким каблуком, а чаще босиком. Каблук — это детище цивилизации. Да, его можно использовать в каких-то целях, но, увы, потом придется тратить в два раза больше времени на предохранение от вреда, который он приносит.

Вот, скажем, компьютеры появились, а вскоре и защитные сетки понадобились, специальные упражнения для глаз. Чуть позднее — целая индустрия, которая призвана восстановить человека после его общения с компьютером, создание сложной системы защиты...

И что же получается в результате? В большинстве случаев цивилизация (современное производство) во имя некоторых плюсов (часто вовсе и незначительных), или назовем их новшествами, разрабатывает в дальнейшем огромное ко-

личество средств для безопасности от использования их (этих плюсов-новшеств). И парадокс налицо: системы безопасного применения вновь изобретенного часто требуют глобальных затрат, значительно превышающих предыдущие, которые пошли на внедрение какого-то более современного, нового способа.

Спрашивается, стоит ли огород городить, придумывать вместо старого и десятилетиями используемого другое? А не оставить ли все в первозданном виде, как было изначально. Недаром говорится: что такое новое? Это хорошо забытое старое. Такое положение касается и каблука. Придумали его на свое нездоровье люди, а теперь целое отделение в ортопедическом институте лечит наши изуродованные голеностопы, гинекологи тоже с ног сбились, почему наши женщины так часто болеют, раньше такого количества больных не было...

Теперь я хочу перейти к вопросу о нашей одежде. Рассмотрим поначалу фактуру ее, не касаясь пока что самой моды. Хочу обратить ваше внимание на то, что силуэт мужской фигуры можно представить в виде треугольника основанием вверх (широкие плечи и узкий таз), а женской наоборот (острие, вершина треугольника вверху, а основание внизу).

Вот поэтому-то шестиконечная звезда — это есть наложение мужчины на женщину, друг на друга, которая символизирует и половой акт, и совершенство личности.

Здесь я должен прервать свое повествование, поскольку наша уважаемая собеседница что-то намерена сказать по данному поводу. Это кажется мне странным, поскольку я осведомлен, что Валентина Михайловна вообще эту тему считает излишней, уже не говоря о самом действе. Я думаю, что вы тоже давно в этом убедились, в ее отрицательном отношении к теме интимной жизни. Однако же уважим желание Травинки включиться в беседу.

Да, да, тут мне хотелось бы возразить нашему автору, ибо если мы обратимся к историческим личностям (имея в виду, что личности — это в основном незаурядные люди), то ни один из них, будь то мужчина либо женщина, не подтверждали концепции о наличии в конфигурации своего тела упомянутого идеального треугольника. И скорее отрицали наличие его в своей фигуре.

Могу только добавить, что символ, который обозначает действия пола, меньше всего характерен для людей совершенных, поскольку продолжением рода должны, на мой взгляд, заниматься одни (помните, детей иметь кому ума не доставало...), а воспитанием ума и души человеческой — совсем иные.

Я думаю, что ничуть не обидела автора своим несогласием с его теорией, поскольку оно (несогласие, то бишь) теперь нам всем разрешено, а если мы не будем давать в своих трудах только весьма полезные прописи, и предоставим нашим читателям возможность поразмышлять (чего они тоже были лишены многие годы...), то и книжечка эта покажется им еще более интересной и значительной, близкой душе их.

Однако отвлечемся от звезды Давида (шестиконечной), поскольку не у каждого из нас имеется рядышком второй треугольник, а начнем одеваться в полезные, приносящие нам не только радость, но и, представьте себе, здоровье, одежды, о чем наш автор знает намного больше, чем мы с вами, потому и хочет нам поведать о том, что предпринимает женщина, чтобы выглядеть наилучшим образом на ее взгляд. Наш ученый автор хочет ее предостеречь от худа, которое приносит ее такие вот побуждения во имя интереса к ней мужчины (выразимся интеллигентно).

Именно это я имею в виду. Когда женщина подкладывает себе плечики, расширяя свои, иной раз и без того довольно могучие, всеми возможными ухищрениями шейпинга (о нем десятки афиш расклеено по городу), аэробики уменьшает себе объем таза, стремится походить более на мужчину, чем на своих сестер по полу, это говорит о том, что ее энергетические центры задействованы в верхних чакрах, ведающих интеллектом, как вы уже знаете о том. Кроме того, что значительно важнее: у нее пониженное содержание женских гормонов в крови. Значит, в дальнейшем, когда она решит завести семью, ей будет трудно рожать, будет затруднен процесс лактации (выработки молока) и прочие неприятности, с которыми она непременно встретится в семейной жизни. Один должен быть мужчиной, а другой член семьи — женщиной, чтобы происходил обмен энергии, чтобы был контакт, и электроны вращались вокруг ядра, как положено по законам природы...

Может быть, кто-то и возразит мне. Хорошо, пусть будут плечики, но надо же отдавать себе отчет, по крайней мере понимать, что же происходит, где грубо прерывается связь с естеством, избежать такого.

Почему я об этом так подробно вам рассказываю? Для того, чтобы вы более сознательно к этому относились, с пониманием ситуации, сами могли бы предотвратить вредные воздействия. Дело здесь вот в чем. Если вы что-то совершаете осознанно, то сразу как бы нейтрализуете влияние вредных (опасных) энергий, ставите заслон их воздействию.

Вот сейчас вы прочли, потом может быть еще раз вернулись к этим строкам, и все, раз вы узнали, то уже защитились от влияния нездоровой энергетики от искривленного разными придумками (вроде плечиков) силуэта.

Может быть вы и не обратили внимания, но это уже признано фактом, доказано научными исследованиями: такое заболевание как СПИД (когда у человека понижены энергетические свойства, сопротивляемость к болезням) возникло именно в тот период, когда появилось модное это течение для «украшения» силуэта женщины — широкие плечи и узкий таз (некий перекос звезды Давида, о которой мы упоминали чуть выше).

По моде, между тем, можно судить о здоровье человечества, нации, народности и т. д. Если мужская мода мужественна, а женская — женственна, значит, все в порядке! Если все как один...

В частности, у американцев женские фигуры от мужских не отличишь, они все какие-то одинаковые. Что лица, что прически, ну такие неяркие.

А о мужской моде вот что скажу. Бирюлечки на ботинках, замочки, молнии, все это говорит об одном — о его фривольном отношении к собственному полу, к косвенной предрасположенности к гомосексуализму и т. д.

Красота, гармоничность, яркость — это одно, а соответствие мужскому назначению — это несколько иное. Мужчина прежде всего должен быть мужественным, а уже потом аккуратным, красиво одетым и т. д. Если одежда на человеке предельно неряшливая, то сразу можно понять, что перед вами гомосексуалист. Вот, к примеру, в Нью-Йорке вы встречаете мужчину в кожаной куртке и брюках, в черной

майке, всего в наколках немыслимых, железках — вам непонятно, зачем он этак украшается. Однако сомнения нет, это мужчина, который пренебрегает своим полом, мужественностью. Такая одежда характерна именно для гомосексуалистов.

От украшений мужских перейдем к женским. Что они обозначают, откуда взялись? Коснемся истории вопроса. Кольца, браслеты, камешки, ожерелья — все это пошло с тех времен, когда их применяли для оздоровления.

Люди знали, какой камень помогает от какой болезни. Скажем, металл, серебро, золото, бронза могут усилить интеллектуальные свойства, защитить от какого-то недомогания или сделать так, чтобы человек стал более открытым для поэзии, музыки, для творчества. Ведь недаром люди ходили к заветным местам. Я ненадолго прерву свое повествование, чтобы вы узнали о моей совсем недавней поездке в Хортицу.

На своих сеансах я передаю людям силу и красоту Природы и поэтому сюда в Запорожье я приехал специально, чтобы зарядиться таинственными и могучими потоками, которые исходят от легендарного камня-валуна.

Камень этот был занесен на остров Хортица многие тысячи лет назад ледником, что, как вы знаете из истории, «перекроил» климат Европы. Еще запорожские казаки после битв и сражений приходили сюда. Распластавшись на нем, они лечили свои раны. К подножию его приносили младенцев, больных, и немощные старики лежали на нем, чтобы набраться сил и здоровья.

Прошли с тех пор столетия, и люди забыли о чудесных свойствах камня. В своих странствиях по стране я повстречался со знахарем из тех мест Остапом. Он мне и помог разыскать камень. Мало того, передал мне заговор для приобретения целебной силы валуна, тот заговор, который, как оказалось, действует только во время Великого Поста.

И вот я в Хортице, смотрю на него и думаю: возможно, камень этот имеет внеземное, метеоритное происхождение, откуда же взялись удивительные легенды о нем? Я сразу всему поверил, что рассказывал Остап, безоговорочно и свято стал выполнять то, что положено, для того, чтобы он, могучий валун, который напоминал именно пришельца с небес, мне передал силы небывалые, сказочные, которые я

мог бы на своих встречах подарить страждущим, больным и убогим...

...На утренней и вечерней заре я катался по росе и днем пил только молоко. А когда пришла ночь, я нагой улегся на камне и так пролежал до рассвета, шепча древний заговор, которому меня научил Остап.

Когда взошло солнце, я понял, что прикоснулся к чуду: я ощутил в себе такую силу, что казалось, мог бы вместо плотины, что перекрывала реку, сдержать воды великого Днепра.

...Да, неисповедимы пути Господни, и я счастлив, что Он привел меня к древней святыне. Конечно же, не случайно попал метеорит в эти места, где лилась часто кровь, где погибали тысячи солдат. Он, этот валун, стал будто врачевателем, помогал солдатам, зашивал их раны энергией великой неземной силы.

Очистите душу свою от мелкого, ничтожного, от зависти и злобы, наполните ее светом взаимопонимания, взаимопомощи, тогда и вы сможете прикоснуться к целительной длани господней. Она простирается над вами повсюду, и в любую минуту придет к вам, чтобы унять беду-горе, чтобы спасти тело ваше от гибели...

И в каждом камешке, который даже не блестит, заложена небесная сила, только найти ее не каждому дано. Расстаньтесь с дурными привычками, исполнитесь добрыми помыслами, и обрящете, как сказано в Библии...

Я уверен, что, побывав со мною в Хортице, вы исполнились веры в то, что и вас где-то рядом ожидает чудо, просто отвлекитесь от суеты сует ежедневных и спросите у души своей: где оно, и увидите...

Продолжим, однако, нашу беседу о камнях-украшениях, амулетах. Еще древние знали о силе их. И Рим, и Европа. Наш с вами соотечественник Иван Васильевич Грозный прекрасно разбирался в том, какой камень ему нужен для здоровья, а который дает ему власть над людьми.

Однако эти вибрации может чувствовать далеко не каждый. Допустим, если обычная женщина-домохозяйка приобретет (по случаю большого выигрыша, скажем) бриллиант, то, увы, уборка, стирка, походы в магазин и другие повседневные заботы не дадут ей доступа к свойствам алмаза,

которыми он притягивает к себе, создавая комфорт для владельца.

Зато вельможи и люди обеспеченные, которые по образу своей жизни пребывают в более открытом состоянии, либо люди творческие (композиторы, писатели, художники) могут воспринимать такие тонкие вибрации, могут подпитываться от тех или иных драгоценных камней. Конечно, все это сложно для понимания.

Без сомнения, женщины все равно носят украшения и готовы посидеть голодом заради понравившегося им ожерелья, скажем, или чудного колье. Но весь вопрос в том, зачем им это? Почему они выбирают именно вот такие сережки, а не другие?

Стоит им подсказать: носите то, что вам полезно, или хотя бы то, что не приносит вреда вашему здоровью, не портит его. Да, да, выбирайте по своему полю, доверяясь своей интуиции, а не совету подружки. Правда, имеются специальные таблицы, где вы можете подробно узнать, что именно из предметов украшения вам годится по знаку гороскопа (конечно, с корректировкой ошибок, которые там появились за две тысячи лет, с тех пор, как все это было рассчитано). Смотри главу «Сотри с ладони линии свои...».

Бывает так: держишь вещь в руках, греет, хорошо, тепло, значит можно считать, что тебе она идет, а иногда совсем иначе вы воспринимаете: золото, бриллиант, вроде бы престижно и купить вы можете, но, увы, оно никак к тебе не относится — как говорится, ни жарко, ни холодно. Так зачем же тратить понапрасну деньги, притом немалые?

У женщин (у многих из них) есть такая чувствительность, они могут выбрать подарок именно по энергетике, тогда он принесет пользу. Когда же его покупает, желая порадовать, допустим, именинницу, человек несведущий, не понимающий в этом, то тогда и появляются, как кажется, непонятные головные боли, различные недомогания от таких подарков, потому что нет соответствия по полю.

Так что проверяйте либо маятником его соответствие вашей энергетике, либо гаечкой.

Тяга женщин к украшениям говорит прежде всего об их чувствительности к этим тонким вещам, вибрациям, излучаемым драгоценными камнями. Но есть и другое. Женщина, лишенная в большей степени власти (чем мужчина) в совре-

менном обществе, хочет как бы утвердиться, «навешивая» на себя эти дорогие вещи, черпая некую силу или энергетику не от власти социальной, а от осознания того, что на ней находится несколько миллионов...

То, что я еще хотел бы сказать вам о фактуре одежды, напрямую относится к здоровью либо нездоровью, которые она несет человеку. Одежда не просто защищает нас от холода, но является, если так можно выразиться, второй оболочкой нашей, оболочкой нашей личности, и, если хотите, нашей современности.

Понятно, что лапти сейчас носить не будешь, иначе произведешь не то впечатление, в ватнике тоже не пойдешь, фраза «мы академиев не кончали» не котируется давным-давно.

Человек, как известно, живет не только в воздушной среде, но еще и в электромагнитной: магнитные вихри, электромагнитное поле существуют вокруг нас, можно очень просто измерить напряжение, как многие понимают.

И вот наши костюмы, платья, блузы, все, что мы носим, есть не что иное как прослойка между телом и окружающей средой, воздушным пространством. Она-то и превращает человека в некий конденсатор, проводник.

И как только возникает такая цепочка, заряды сразу притягиваются либо отталкиваются (как вы знаете из физики), и человек накапливает их. Очевидно, вы не раз видели, как «стреляют» иногда руки, когда здороваешься, если на вас синтетика.

По поводу синтетики, кстати сказать, ученые всего мира имеют одинаковое и, конечно же, отрицательное мнение. Да, любая синтетическая одежда заслоняет, нарушает естественный информационный энергообмен тела, его биополя с окружающей средой. Будь то резиновые сапоги или нейлоновая шапка (я уже не говорю о женских колготках!).

Далее. Доказано, что тесные женские джинсы влияют на некоторые формы бесплодия, потому что постоянно пережимаются сосуды, отчего нарушается кровообращение и т. д.

Я уже говорил об этом, но думаю, что стоит повториться, поскольку это вопрос чрезвычайной важности, на мой взгляд.

Мужские плавки, особенно синтетические, приводят к импотенции. И вот почему. Природой предназначено, чтобы

яички свободно висели и их температура была несколько ниже, чем у тела. Когда же они прижимаются тесными плавками или джинсами к телу, то естественно, что и тепла в них становится больше, чем необходимо.

И представьте себе, что малейшая разница в температуре сразу же отражается на энергопотенциале, снижается подвижность сперматозоидов, что и приводит к импотенции, к нарушению деторождения, в конечном счете. Прямую связь одного с другим никто не может теперь отрицать, ибо и наука, и практика данное положение подтверждают.

Так что мой вам добрый совет, мужчины, носите семейные трусы, это просто здорово, если хотите сохранить свою мужественность. А вообще любая синтетика, какую бы часть вашего тела она ни прикрывала, — предельно вредное и во многих случаях опасное для здоровья изобретение.

Может быть, кого-то и удивят мои следующие слова, но все выверено в многочисленных опытах, так что стоит к этому прислушаться, стоит обратить внимание, во всяком случае.

Так вот, установлено, что рисунок и цвет одежды, которую вы носите, тоже влияют на вашу энергетику и тем самым на ваше самочувствие. Люди давно приметили, например, что мужские цвета — это черный и синий, то есть те, что больше сдвинуты к короткой длине волны — это спектр ультрафиолетовый.

А вот женская одежда обязательно должна соответствовать длинной волне излучения, красный цвет и все, что в ту сторону. Это издавна известно, и недаром новорожденных мальчиков пеленая перевязывали голубой ленточкой, а девочек — красненькой.

Конечно же, существует некоторое представление о моде, но если человек несознательно все себе покупает, следуя лишь советам рекламы (это касается цвета и фасона), то такая одежда может привести даже к заметным структурным изменениям внутри тела. Мало того, слепо воспринимая напутствия рекламных роликов, можно подвергнуть себя небезопасному появлению поведенческих реакций.

Все это очень и очень серьезно, если вдуматься. Можете себе представить, мужчины по такой, казалось бы на первый взгляд «пустяковой» причине, становятся *никакими*. Вы, очевидно, догадываетесь, что это значит? Да, они перестают

быть мужчинами. Женщинам в этом смысле тоже достается, и они в какой-то степени теряют признаки пола. Поэтому цвету нужно тоже придавать преимущества и предпочтения. Необходимо найти свои тона и полутона, чтобы сохранить здоровье и, главное, потенциал.

И вообще, когда объявляют, в какой цвет надо сегодня приодеться, какое платье вынуть из гардероба завтра, это все для вашего же блага. Если обобщить, то лучше всего каждый день носить разных тонов юбки, кофточки и прочее. Почему? Все дело в том, что стихия меняется ежедневно, и чтобы приспосабливаться к ней и подпитываться, а не терять энергетику, нужно ее улавливать именно разным цветом одежды, притягивать ее, чтобы именно на вас она работала, на ваше здоровье.

Мне думается, что такому совету следовать несложно, просто следите за объявлением по ТВ или радио, какой цвет одежды более всего вам годится завтра.

Кстати сказать, известно, что лучше всего поглощает энергетику черный цвет, поэтому он характерен для монашества, для религиозных культов: он притягивает к вам полезные излучения и тем самым оздоравливает в любой день стихии.

Если же вы любите принарядиться (это в основном касается женщин), то тут уж не ленитесь, поточнее узнайте, какой стихии соответствует та блузочка, в которой вам захотелось пойти сегодня на работу либо в гости.

А узнать, как я говорил выше, очень нетрудно. Между прочим, если вы побываете на Приморском проспекте, где продают в Буддийском монастыре восточные календари, то не выходя из дому, не включая ни радио, ни ТВ, вы уже с вечера подготовите то, что поутру надо одеть.

Там, в этом календаре, каждый день отмечен особым знаком: тут тебе и синяя курица, и зеленая обезьяна и т. д. Интересная эта книга годится буквально для каждого, потому что цвета в ней рассчитываются на основе лунных фаз, потому такая информация универсальна, ею можно безошибочно пользоваться и на Востоке, и на Западе.

Все там расписано на целый год, поэтому очень советую: приобретайте календарь, чтобы вы могли следить, в каком порядке идут по дням недели полезные для вашего здоровья цвета.

Следует вспомнить, что человек состоит как бы из трех частей: ноги связаны с землей, туловище — с собственно человеком, а голова — с небом, с духом. Так что тут тоже существует градация как бы: какого цвета должны быть брюки, пиджак и головной убор (это касается и мужчин, и женщин).

И вот в старинных одеждах рисунок, цвет узора обязательно соответствовали здоровой подпитке из окружающей среды. Практически их (рисунки и узоры) можно вполне назвать приемными антеннами для улавливания нужной энергии. И люди раньше чувствовали, что именно надо одеть в определенные периоды жизни. Скажем, беременная женщина одевалась в одежды одних узоров, таких именно, которые благотворно влияли на развитие ребенка в утробе матери.

Семейный мужчина (кто познал интимную жизнь) имел на одежде другие узоры, по сравнению с тем, кто еще не завел семью. Каждому из них нужна была своя подпитка. И что примечательно, то, во что одевался семейный мужчина, не подобало использовать тому, кто еще не нашел спутницу. На редкость тонким было у людей чутье к узору, к цвету одеяний.

В наше время узор исчез, остался только цвет. Вот, к примеру, тельняшка. Эти поперечные полоски, как показали исследования, излучают сильную положительную энергию, которая идет как внутрь, подпитывая владельца, так и к тому, кто оказывается рядом.

Именно этим и можно объяснить всегда теплое отношение людей к морякам (есть такое выражение: нас мало, но мы в тельняшках), это бойцы, это солдаты, которые отличаются наибольшей храбростью, поэтому десантники у нас и «зеленые береты» в Америке носят тельняшки.

Теперь мы снова вернемся к нашим дамам. Если кто помнит, первоначально шелковые чулки делались с поперечными полосками. Сейчас это стало немодным, но зато появились явные потери. Полоски-то как раз демпфировали отрицательное воздействие искусственной ткани (демпфировали, значит защищали, сводили на нет плохое, обнуляли как бы, то есть не оставалось никакого воздействия, ни хорошего, ни вредного. А это уже лучше!).

Поэтому все надо учитывать, чтобы поменьше было отрицательного в том, что вы носите. Какие пуговицы, какие

материалы, какой цвет и фасон. Надо рассматривать одежду как некую сложнейшую систему взаимодействия организма с окружающей средой. Не надо грубо и бестолково вмешиваться в него (во взаимодействие), не нарушать законов природы. Либо эта система улучшает самочувствие, либо, наоборот, ухудшает состояние человека, закрывает от него его способности общения с природой, с космосом...

Чтобы эта система работала на вас, на ваше здоровье, надо относиться к ней осторожно, с умом, что называется, и, конечно же, с душою, чувствуя каждое ее движение, каждый ее сбой, чтобы вовремя подправить прохудившееся, с тем, чтобы она латала-штопала ваши раны (по вашей вине и полученные, как вы поняли), окутывала тело ваше чудной силы энергетикой, лечила вас, а не калечила.

Чтобы одеться, скажем, в какой-то день, и чтобы было в том наряде все неплохо, вполне энергетично, можно пользоваться тем маятником (гаечкой), о котором Валентина Михайловна Травинка рассказывала вам в своих книгах «Разыщи в себе радость» и «Тропинка к здоровью».

Проверяя всякую одежду на такое соответствие своей энергетике, можно прекрасно одеться, причем и выглядеть вы будете очень красиво. Не говоря уже о том, сколько блеска в глазах появится у вас из-за упомянутой выше совместимости по полю. Да вы просто похорошеете несказанно и подруги станут удивляться: почему да отчего вы такая симпатичная сегодня!

А впоследствии, когда любая женщина научится пользоваться индикатором (гаечкой), включая тем самым свое подсознание, она и на цену не будет смотреть, на престижность того или иного костюма, просто заходя в магазин, сразу выберет для себя то, что идет ей по ее энергетике, и станет одеваться гармонично и элегантно.

Она будет следовать советам своей интуиции, а не советам рекламных роликов, которыми просто забита голова современных модниц. И понять можно такое: по десять раз за вечер одно и то же: наша фирма, наши ткани, наши фасоны — наилучшие в мире!

И никого в той «нашей фирме» вовсе не волнует ваше здоровье, ваше самочувствие, дорогие наши женщины. Так что мой вам совет: будьте сами собою, поскольку только вы сами и можете подобрать себе из одежды нечто стоящее и полезное, лечащее и оздоравливающее.

Ведь человек одевается прежде всего для себя, а уже во вторую очередь для других. Ну, скажем, женщине всегда хочется красиво одеться для мужчины, к которому она спешит на свидание.

И настоящий мужчина поймет седьмым чувством эту гармоничность, «увидит» не деланность в вашей новой одежде, не искусственность, не хаос, который царит внутри, а именно душу вашу, «прочитает» соответствие внешнего облика и духовного содержания.

Правда, если женщина ориентируется на мужчин в кавычках, которые смотрят только на стоимость сверхмодного жакета, в котором она пришла на встречу, то у нее появится немало проблем в дальнейшем при общении с таким кавалером.

Сейчас я хочу снова вернуться к старине, к тому, что незаслуженно нами забыто...

Конечно, современный человек все равно не станет отказываться от модных одежд, синтетической ткани с изображением на полотне отрывков из фильмов ужасов или чего-то еще более грязного (из области порнографии).

И так как из двух зол надо выбирать меньшее, то я хочу дать вам совет, как же все-таки поменьше вредного набираться от таких одеяний, как хотя бы на время отдохнуть от них, подлечить свое тело (и душу, естественно), подправить кое-что пострадавшее от такого одевания в своем организме. Тем более, что это возможно и доступно для каждого из вас...

Так вот, не поскупитесь, найдите где-нибудь, купите-приобретите старинную одежду. Мужчина пускай заимеет лапти, порты дедовские, косоворотку, а женщина пороется на чердаке (в доме, что на даче), найдет в сундуке бабушкин сарафан либо платье выходное, праздничное. И все это повесьте в своем шкафу платяном, пусть оно там повисит до времени. А как только занеможется вам, так станет для вас все это бабушкино-дедушкино волшебным (рис. 31)...

Вот вы чувствуете, например, поутру либо к вечеру, что заболеваете. Приходите домой, принимаете водную процедуру, правда, лучше всего баньку, как наши предки это делали, потом достаете из гардероба сарафан, порты, косоворотку (все, что уже успели приобрести к тому времени) и



Рис. 31. Бабушкин сарафан.

переодеваетесь во все старинное. Как вы знаете, все шилось (производилось) тогда из хлопка либо изо льна.

Оделись? Побудьте в такой одежде часок-другой. Можете, например, сплясать старинную пляску. Разучились? Пляшите просто, как душа ваша запросит (а она обязательно это сделает!), как будет получаться.

Поверьте мне на слово (я все это проверил, перепроверил перед тем, как вам рассказать), от такой фактуры, от узоров замысловатых, до покроя-фасона, все эти ферези, длинные блузы, даже лапти и кокошники, все примется вас оздоровлять!

Да и часа не пройдет, как вы почувствуете изменения во всем, что есть в вас: и голова прояснится, и в груди появится легкость, отчего дышать стало сразу полегче, и озноба как не бывало. Такая это поистине целебная одежда.

И вот если семья, муж, жена и ваши дети, оденутся в такую народную одежду, вместе поедят да чай попьют из самовара, так естественным путем придет оздоровление, и не только тела, но и души вашей, всей обстановки в доме. Старина эта, наполненная энергетикой, создаст совсем другую атмосферу, все наладится в вашей семье, и споры перестанут возникать по пустякам, будто кто-то их снимет-слижет... Не кто-то, а что-то — те самые одеяния, в которые вы приоделись, через которые вы приобщились к душе своей...

Так что ищите где хотите, в народных мастерских либо в сундуках у бабушек, сарафаны и юбки по щиколотку, картузы и кокошники, телогрейки и бурнусы... Представляю, как красиво женщина будет выглядеть в кокошнике, который будет снимать ей, между прочим, головные боли безо всяких таблеток.

Так что назовем этот головной убор генератором положительных эмоций и не ошибемся ничуть, потому что даже морщинки на лице начнут разглаживаться. Это лучше всякой ванны, любого косметического кабинета, где хирургическим путем наводят красоту.

Такой вечер либо семейный обед, когда вы рассядетесь вокруг стола в старинных исконно национальных одеждах, заменит десятки фармосредств, заменит даже прогулку по лесу... И что замечено, удивительное это переодевание может запросто излечить самые тяжелые женские заболевания, столь сильны в них целительные вибрации.

И если такая одежда будет передаваться как раньше от мамы к дочке, от дочки к внучке, то эта реликвия будет панацеей, таблеткой от всех болезней. Пусть же она передается, сохраненная в сундучке, тогда вся фамилия, вся эта семья будет здоровой.

Не подумайте, что я вам рассказываю сказочки. Все это, как я уже писал неоднократно, выверено на многочисленных семейных материалах, так их назовем.

Выходит, Андрей Алексеевич, понапрасну мы все повыбрасывали старинное, во что вложено было, стало быть, тепло души, тепло рук мастеров, тех, кто прял нить, ткал на домашнем станочке полотно из трав, выросших не на столь

загрязненной земле, полотен, выбеленных позднее в пользительных для здоровья травах, проглаженных деревянными катками, в которых тоже содержалось немало, должно быть, доброй энергетики...

Многие годы висел в моей комнате на стене старинный рушник с вышитыми на нем петушками и курочками, а потом я подарила его молодым на свадьбу. Где оно, то ставшее прозрачным от старости полотенце, обрамленное с обеих концов кружевом ручного вязания? Неужели его выкинули?! В ту пору я не знала ничего о теплоте, что струится от старых вещей, но, конечно же, чувствовала, любила смотреть на незамысловатый узор, в котором курочка клевала зернышки, а нитяной петушок гордо задирал гребешок, словно бы выговаривал ей: оторвись от клевания, посмотри, какой же я бравый...

Да, прав автор, какая-то особая внутренняя жизнь пребывала в примитивных тех узорах, жизнь души нашей, должно быть...

Конечно, была пропаганда в те времена, и все полезное, здравое выметалось, выбрасывалось, уничтожалось. А сейчас все это стоит на Западе огромных денег, и те ателье, те дома моделей русские, которые производят вот такую старинную одежду (один к одному с такими вот национальными узорами) в Париже, я знаю, в Америке стоят очень дорого и используются именно в оздоровительных целях, потому что эта одежда не для приемов.

А то, что осталось из старины нашей российской, надо хранить в музеях нашей страны. Ну как это можно сделать? Зайти в музей, там есть каталоги, посмотреть рисунки, сделать самому. И еще, живут в деревнях умельцы, которые делают один к одному все эти вещи (это передается из рода в род).

Многие вышитые на Украине рушники излучают положительную энергию, и как бы человек ни относился к этому, что, мол, это анахронизм (то есть не современно, что это старинный какой-то пережиток), все равно, глядя на этот рушничок, он думает головой, что это пережиток, а тело тем не менее воспринимает здоровую вибрацию, у него появляется улыбка на лице. И это показатель того, что идет положительное излучение от такого полотенчика.

Теперь что касается ношенной одежды. Надо ли ее носить детям, скажем. Одежда пропитывается информацией, энергетикой, биополем того человека, на котором она находится. Поэтому, если взять одежду здорового человека (кровь с молоком, как говорится), одеть на себя и поносить некоторое время, невзирая на то, что она пахнет потом и т. д., это оздоровит организм, поправит его энергетику.

Если же пользоваться вещами человека больного, то может ухудшиться состояние. Это широко известно.

Показательный случай был с гробницей Тутанхамона, которую привозили в 70-е годы к нам в Эрмитаж (и в Москву тоже). Существует легенда и в общем-то факты, что все, кто заходит за контур гробницы этой, они подвергаются вредному излучению какому-то мистическому.

Кто-то может скептически улыбнуться, однако все, кто в Москве имел отношение к перевозке гробницы (эксперты, искусствоведы) из столицы в Питер, потом за границу и снова в Москву, они все умерли. Остался в живых только один человек, организатор выставки, Геннадий Миловидов. Когда все это он устраивал, то сунул только руку за контур гробницы, и потом у него отнялась рука.

Как такое объяснить? Я объясняю это именно информационными энергетическими явлениями, потому что никакого особого излучения там не было, либо там были неизвестные науке лучи.

Поэтому пользоваться вещами умершего человека не следует: он уже связан с загробным миром, он уже тащит не туда... Все это угнетает психику. Либо производить мощные очищающие лечения травами, дымом определенным, колокольным звоном, чтобы изъять вредные вибрации от предметов или одежды.

Исследования показали, что после смерти человека образуется за ним некий след в пространстве, фантом, который можно даже зарегистрировать в течение 4–5 секунд после присутствия в этом месте человека. Это нарушение электронных полей, лептоновых полей, что, как я сказал выше, регистрируется приборами.

Это подтверждает теорию о том, что в ушедшие дни от человека тянется как бы весь его след, и можно приборами увидеть прошлое. И любая гадалка, когда раскидывает карты, подключается именно к этому полю (следу). И

впереди человека тоже существует некая «дорога», которая может улавливаться предсказателями, а также и приборами.

Определив такое поле вокруг человека, можно сказать, к примеру, сколько ему осталось жить. Все это можно определить инструментально: три, пять недель или десять лет. О продолжительности жизни «говорят» приборы.

Но не стоит унывать. Даже зная, можно изменить сроки сознательным приложением воли, как и линии на руке.

Однако... что-то интересное вспомнилось нашей Травинке.

Хочу об одной одежке рассказать. Когда приехала снова лечить свой позвоночник к уже знакомому вам и любимому мною доктору в Кисловодск, он был в отпуске и занимался в своем саду выкапыванием клубней гладиолусов. Я стала помогать ему, а он дважды, утром и вечером, трудился над моим железобетонным остовом. Трудился от души, поскольку у меня просто искры в глазах мелькали от жуткой боли.

И вот, чтобы я не запачкала свой «гостевой» костюм, он выделил мне из своего гардероба (из своего, заметьте, хотя размер одежды его жены более подходил мне!) голубую, изрядно поношенную рубашку.

Как-то сказал мне, что очень она, рубашка, идет мне, и я попросила: подарите! Конечно, пока мы с утра до вечера работали рядом, я как-то не придавала особого значения подарку, но когда вернулась в Питер, то с первой же минуты «привязалась» к голубой сорочке, мне было в ней как-то особенно уютно, как помню.

Тогда я очень мало знала о биоэнергетике, и, конечно, не понимала, что надо было повесить чудодейственное одеяние (о чем я только что, как и некоторые из вас, узнала от автора) в шкаф, а одевать изредка, как талисман (хотя в стихах я ее сразу именно так и назвала, просто предвидение какое-то, видимо).

Уже из сегодняшнего дня я припоминаю, сколько комфорта и радости приносило мне это одеяние, первое время я даже спала в нем.

И всего две строчки о том, почему не была выдана мне тогда женская кофточка либо халатик. Жена доктора была в отъезде, и я ее так и не застала, хотя подружилась с детьми и даже написала девочке стихотворения о всех временах года. И вот когда она (жена доктора) приехала в наш город,

то известный целитель Валерий Малышев, к которому я повезла ее, отказался напрочь ее лечить: ну, разве вы не видите, что она страшнейший вампир, — сказал он.

Нет, тогда я не понимала, какая опасность грозила бы мне, ежели бы я приоделась в ее платье. И лечение пошло бы насмарку, и здоровья не прибавилось бы, я думаю. Потом обо всем я рассказала в своих стихах, когда поняла...

И небольшая добавка о тапочках Федоры Даниловны, которыми, как она мне сама сказала, лечились хозяева той квартиры, где она данную обувинку оставила. Конечно же, я в ту пору не могла оценить должным образом ее слова о целебности домашней обуви... Просто поверила... Помните мои стихи, посвященные женщине, обладающей редким даром врачевания: я верю Вам как Богу, всему, что говорите...

Однако, автор наш хочет нас предостеречь от чего-то опасного, как я чувствую... И все же пусть немного подождет и вас прошу о том же. Дело в том, что всего три дня назад, когда я уже заканчивала наши с вами странички (я писать, а он рассказывать) данной книги, произошло событие, о котором просто невозможно умолчать, до того оно подходит как раз к данному повествованию.

Снова я о рубашке хочу рассказать. И если я с той предыдущей поступила бессознательно (по наитию, скорее всего), то в позавчерашнем конкретном случае сделала все вполне сознательно, то бишь со знанием и пониманием ситуации (подковалась, стало быть, слушая Андрея Алексеевича нашего).

Постараюсь коротко изложить происшедшее. Кстати сказать, оно (происшедшее со мною) не только повышает престиж нашего рассказчика, но главное — для вас может послужить руководством к действию в каком-то весьма тяжком состоянии, которое не дай Бог и вас не обойдет...

Недавно я ненароком обидела дорогого мне человека. Я просто счастлива от одной мысли, что он есть на земле, проживает в моем городе и я, пусть изредка, могу повидать его. Мало того, выразила нечто похожее на любовь в стихах. И поскольку речь пошла о святом этом чувстве, то приведу это стихотворение для того, чтобы вы более четко могли установить, сколь гадким был мой поступок...

Исчерпай все горести
Из души моей,
Разыщи мне хворосту
Для моих огней

Чтобы от крушения
Сердце уберечь
И на месте тления
В ней костер зажечь

Разогрей и снежность,
Чтоб ручей журчал
И проснулась нежность,
Разыскав причал

Я найду ту гавань
И смогу пристать,
Отодвинь лишь ставень,
Чтоб живой мне стать...

Исчерпай все горести,
Растопи в ней лед,
Принеси мне хворосту,
Пусть тепло придет!...

Он ушел, а я не могла найти себе места. Позвонила ему, повинилась. Он понял мое состояние, сказал, что не сердится, но на душе моей было неспокойно... Одним словом, я казнилась целый вечер, стала потихоньку плакать и называть себя самыми худыми словами. Спать не могу, работать не в силах, чувствую, попадаю в цейтнот, из которого не знаю, как и выбраться.

И вдруг осенило: есть же у меня средство, именно то, которое нам советовал наш замечательный собеседник, чего же я долго размышляю, тем более, что у меня нет ни единой успокоительной таблеточки, а тут без нозепама ничем не поможешь (вы в курсе, конечно, что я не поддерживаю нашу фармакологическую промышленность вот уже скоро сорок лет)?

А средство-то как раз то, с чего мы начали разговор. Да, рубашка с плеча одного целителя (вы же знаете, что у меня набралось уже 13 таковых, с которыми я очень хорошо знакома).

И вот приоделась я в эту волшебную клетчатую мужскую сорочку, которая оказалась прямо по размеру, и легла на свою жесткую узенькую кушеточку.

И что же? Не прошло и десяти минут, как взял этак нежно меня в свои теплые руки Морфей и понес в сон. И оказалась я в детстве, милом и ласковом, как солнечный зайчик, что вечером заглядывает к нам в окошко перед тем, как спрятаться до утра за горизонт.

И все, и прошел стресс. Значит, и состав крови изменился в лучшую сторону, как бы сказал наш ученый и милый философ, которому я передаю слово с благодарностью за обучение, за добрый совет, которым, я думаю, каждый захочет воспользоваться, если придет трудная минута... Мне ведь помогли вибрации, что были в подаренной рубашке, правда? Есть, я знаю, и иные вибрации...

Да, и к таким вибрациям надо относиться очень и очень осторожно (вспомните о гробнице Тутанхамона). Если что-то из вещей ушедшего человека вам дорого, но вы определили своей гаечкой, что она показывает отрицание («минус»), то непременно проведите те очищающие процедуры, о которых я говорил чуть выше. Не оставляйте то, что вредит вашему здоровью, в доме.

Конечно, есть вещи очень дорогие, антикварные, скажем, их вам хочется оставить и для уюта, и для красоты. Сдайте их в музей, пусть экспонатами любуются многие, повторяю: не храните их в своей квартире. Поверьте мне на слово, такое не к добру.

А что касается голубой рубашки, о которой рассказала Валентина Михайловна, то могу сказать: да, несомненно, лечебный момент был, исцеление продолжалось, оно происходило и потому, что вы (вернее, ваша энергетика) помнили руки доктора, который делал вам мануальную терапию (манус — рука).

И, конечно, нельзя исключить тот лечебный результат, который принесла нынешняя клетчатая рубашка, поскольку он (результат), как говорится, налицо. И я уверен, что, прочитав то исполненное нежности и доброты стихотворение, человек, которого нечаянно обидела словом Валентина Михайловна, простит ее, не затаит неприязни.

Глава кончается, но мне хотелось бы снова вернуться к тому, о чем мы позабыли, чем мы пренебрегли, во имя

нового, современного, одним словом, «ультра», которое не всегда доброе и полезное. Мало того, не выдерживает никакой конкуренции с тем, что уже было создано много-много лет назад. Я хочу рассказать об уникальном эксперименте, который провели два года назад в Финляндии. Ученые решили узнать, какая одежда более всего подходит для сурового климата Арктики. И вот нескольких испытуемых обклеили датчиками (они находились на всех частях тела: на животе, кончиках пальцев, под мышками и т. д.), чтобы в конце опыта снять температурные данные, которые бы и установили, в какой куртке человеку всего комфортнее, он не замерзает, ему даже тепло, несмотря на сорокаградусный мороз.

Были использованы все современные виды теплой зимней одежды, которые разработаны для тех широт, то есть куртки со всякими прокладками, утеплителями, молниями и т. д. На конкурс был также представлен старый лапландский костюм, некрасивый, неуклюжий и, конечно же, сверхнемодный.

И представьте, в соревновании по сравнению различных видов одежды для холода победил именно он, лапландец! Он сохранял тепло на протяжении длительного времени, позволял человеку достаточно свободно и без помех, как можно сказать, двигаться в самых разных ситуациях (которые, как вы поняли, были специально усложнены для такого случая).

Древние люди, должно быть, не знали ничего о Цельсии, понятия не имели об открытии Фаренгейта, они создали такой костюм исходя из потребностей, руководствуясь только своими чувствованиями природы, гармонии, космоса. И угадали: именно такая одежда и подходила для жгучих ветров, что веют над их родиной, а не та, нынешняя, модная, что придумали модельеры, дизайнеры, используя новейшие технологии, материалы и т. д.

Так что я считаю и уверен, что кое-что из прошлого неплохо бы вернуть в наше настоящее. И не только в одежде, как вы считаете, Валентина Михайловна?

Да, вполне согласна с Андреем Алексеевичем и думаю, что и вы, дорогие читатели, поддержите нас. Была тут на вещевом рынке, что на улице маршала Казакова. Всего

полчаса походила, искала мастику, так просто тошнить меня стало от того, что я там увидела.

Горы синтетики, на которой чаще всего безвкусно и аляповато прицеплено, приклеено, приспособлено уйма так называемых украшений, рассчитанных на самый низший вкус, я так бы сказала...

И неужели все это барахло (выражаясь очень мягко) будет защищать нас от окружающей среды? Ни в коем разе, оно станет угнетать нас, приносить нам новые болезни, уничтожать в нас то, что дала нам природа для борьбы с внешним миром.

И кто только научает человека делать заведомо нехорошее, не нужное ему, опасное подчас для самочувствия? Вот, допустим, опилки сжигали годами, десятилетиями, позднее предприниматели Финляндии составы целые пригнали к нашим свалкам (которые охранялись, на которые две машины, на ДОЗе номер один, к примеру, гонялись два раза в день, чтобы вывезти туда отходы с производства), чтобы вывозить и делать у себя ДСП, ДВП и другие предельно вредные плиты, поскольку перемешивались опилки с химически просто опасными для здоровья клеями.

А из ДСП и ДВП мебель сооружали для нас с вами, чтобы мы, значит, у себя в квартире, не выходя из дому, отравлялись. И вот уже вся цивилизованная заграница отказалась от такого «добра», а мы продолжаем стенки покупать, мебель из чистого, теплого, полного энергетики дерева выбрасывать на помойки, в связи с тем, что стала она (наша старая дивного фасона мебель) не современной.

Вот уж точно: дураков не орут, не сеют, они сами рождаются. Надо думать, что те, которые руководят покупкой этой заграничной обстановки для наших домов, не пользуются этими изделиями?

А если бы стали восстанавливать нашу старую и старинную мебель (гардеробы, шкафы, кровати и т. д.), то сколько бы тепла мы сохранили в своих комнатах. Конечно, легче всего выкинуть... Говорится «горе от ума», но от глупости еще больше печали, поскольку очень даже грустно, что сами своими руками мы вносим вместе с шикарными стенками беду и нездоровье, отчего в нашем семейном очаге почти все члены его неважно себя чувствуют, даже младшие наши братья, самые не породистые (и оттого наиболее сильные),

и то не выносят тех «минусов», о которых мы ведем разговор.

Не удивляйтесь, что мы кончаем нашу главу на такой вот тревожной ноте. Узнав о худом, вы с большим рвением станете разыскивать хорошее, то есть полезное для вашей жизни, для вашего обитания на планете, не так ли?

Конечно, трудно вернуть то, что исчезло и порушено, но просто необходимо! Снова я остановлюсь на одной одежке, льняной. Не знаю, известно ли вам, что во всем мире лен выращивали у нас в России да в Шотландии. Помню, во время войны я жила в голубой губернии, так издавна называли Тверскую землю по причине многочисленных площадей на ее территории, занятых льном.

Тогда там работал последний из могикан, заводик по переработке этого самого голубого золота, но после войны его закрыли, а также изъяли из обращения вообще все оборудование, которое имелось в стране (оборудование такого типа), и теперь даже малое количество льна мы отправляем на переработку в другие страны.

А ведь не было ничего теплее и энергетичнее льняных рубах и ферезей, полотенец и покрывал. Нет, не говорит спасибо Европа за чудо-сырье, берет да хапает, а нам поставляет искусственные ткани, чтобы, как сказал Михаил Жванецкий, нас стало меньше...

И о мебели еще хочу словечко сказать. Вот, скажем, в Италии к ней относятся чутко и я сказала бы высоконравственно. Там никогда не выбрасывают ее, они чинят и «штопают» дедушкины кушетки, латают столики с резным рисунком, на котором букетиком лежат деревянные розочки, скажем.

Мебель передается там по наследству, из рода в род, потому как ее считают там душою клана, а душу, как известно, нельзя передавать на сторону... И у нас в России было то же самое совсем еще недавно.

Да, очень многое можно бы вернуть из прошлого, чтобы лучше стало наше сегодняшнее, более здоровым и более угодным Господу, конечно же! Одно с другим крепко-накрепко взаимосвязано...

С нравственными потерями пришла глухота, и мы не способны слышать небесную мелодию, с падением моральных достоинств пришли заболевания тела, посколь-

ку душа наша поникла, мы разучились понимать ее тревоги и заботы...

Как сказано в Библии, глухой да услышит, слепой да увидит, так что будем надеяться, что все предсказания этой святой книги непременно сбудутся, и воспрянет наша дивная Русь, возродятся народные традиции, вернется то, что утеряно, что хранится в памяти народной, что переходило из поколения в поколение, что никто и ничто под небесами не в силах погасить и уничтожить!...

ПОСЛЕСЛОВИЕ

Ну вот и кончились наши странички, просто мы решили поставить, наконец, точку, поскольку рассказать можно было бы да сообщить вам интересных вещей еще не на одну такую книжку.

Потому и решили мы перенести нашу встречу на следующие страницы, которые, если Господь расположится к нам (и к вам тоже, естественно, ибо для вас мы и пишем все это) появятся во второй книге, которую мы принялись уже сочинять с Андреем Алексеевичем.

Конечно, мы с Андреем Алексеевичем будем немало волноваться, думая о том, сумели ли мы вас заинтересовать и в каком-то смысле обогатить ваш лечебный багаж. Очень бы нам хотелось, чтобы прочитав то, что мы сотворили с ним, вы бы стали намного увереннее, перестали бы уповать на врачей из поликлиники, у которых и без вас хлопот полон рот.

Быть может, вы и таблеточки кое-какие повыкинули на помойку либо передали тем, кто их просто-таки обожает, верит в их «чудодейственные» свойства (например, в импортный аспирин, о котором все уши прожужжали по телевидению, который еще шипит в стакане).

В этом труде мы немного вас отвлекли от земных познаний и постарались обратить взор ваш на небеса, на звезды, что не зря там светят, не зря подсказывают вам столько веков, как да когда надо дела делать на нашей планете... Мы с вами, занятые переустройством жизни на земле, совсем перестали обращать на них внимание.

Так что снова выскажу свои упования по поводу вашего, дорогие наши друзья, восприятия данного текста. Я, к слову, в последний раз видела небесные светила еще в шестом классе, то есть ровно 55 лет тому назад, когда мы всей школой ходили в планетарий. Так что мне самой такие познания, о которых нам поведал Андрей Алексеевич, просто как снег на голову, неожиданны до невероятия, стало быть.

Теперь и я, когда не спится, выхожу на балкон и присматриваюсь к этой загадочной и холодной красавице, которая так ярко светит в ночи (видно, рада-радешенька, что солнышка нет, одна она хозяйничает на небосводе). А как про гороскоп узнала, который мы теперь с вами освоили в исправленном несколько (на 30 градусов!) виде, так просто и шагу не сделаю, пока не узнаю досконально, что там мне (козерогу-стрельцу) предначертано-положено совершать в завтрашнем дне.

Да такое и понятно, жизненного-то пространства не так уж и много осталось, так что стараюсь теперь с большим КПД дни свои проживать, чего и вам от всего сердца желаю.

Так, побалакали мы про книжечку, что вы уже читаете, я надеюсь, а теперь приступим к следующей. Конечно же, вас очень занимает вопрос, а что же будет во второй нашей книжке. Всего, не перескажешь, но будет очень много не только интересного, но снова редкого и удивительного.

Постараюсь коротко, не растекаясь мыслью по древу, как говорится, сообщить вам основные темы. Ну прежде всего все начнется с самого начала, то есть с того момента, как появляется на свет ваш малыш. Правда, сроки немного даже и более смещенные, то есть рассказ начнется с того момента, как только задумали вы его заиметь, увеличить вашу счастливую семью, чтобы появилось еще одно маленькое солнышко, которое станет вас согревать задолго до того, как вы его увидели, а он с вами познакомился (т. е. когда он в животике будущей мамы).

И снова мы побеседуем о звездах, вы теперь с ними чуть ли не на «ты», так как уже в этой книжечке приблизились к ним, к звездочкам, значит. Теперь станете у них кое о чем и спрашивать, вопросы про птенчика вашего звонкого зададите, чтобы он поменьше, чем вы в свое время, ошибался.

Кстати сказать, о воспитании ребяток ваших Андрей Алексеевич вам столько подскажет доброго и полезного, что

вы будто по нотам станете читать об этом и на детишек своих все примерять-перекладывать. Но главное, сами начнете как бы перевоспитываться, потому что наукой установлено, как наше одно-единственное неосторожное слово, сказанное доченьке, скажем, может потом пагубно отразиться на ее дальнейшей судьбе.

В этой книжке, как я говорила выше, мы чуток отвлеклись от сугубо земного, хотя все нам пригодится, я думаю. А вот в следующей мы начнем варить обед да вкушать его. И тут наш гид столько всякого-разного знает, что я с открытым ртом ему внимала, а, казалось, столько школ по еде-пище изучила. В общем, узнаете, когда именно надо перекусить, когда отдохнуть от сладостей, скажем, и многое другое.

И про баньку с березовым веничком почитаете, но только кроме него (веничка), научит нас с вами Андрей Алексеевич, что еще надо употребить-сделать, чтобы там в предбанничке (либо в самой парной) и за лечение приняться. Да, да, и о таком почитаете.

А для тех, кто зашлаковался, наш собеседник расскажет, как можно избавиться от грязи. Вы помните, что болезнь — это грязь, которая попала в организм, и чтобы вылечиться, надо прежде всего очиститься?

Одним словом, во второй части книги будут расписаны самые простейшие методы и способы, при помощи которых, не покупая совершенно ничего, вы заметно подправите свое самочувствие и даже здоровье.

Ну вот и все! Будем мы с Андреем Алексеевичем ожидать ваших откликов и пожеланий о том, о чем бы хотелось вам еще узнать.

До встречи, друзья наши!

Заветы мастера — путь ученичества

Найди в себе слабости — стань недовольным собой

Пристань свою найди — там обитает Учитель

Преклонись перед ним — помолчи, послушай...

Скажи только: верю, хочу — возьми бережно то, что дадут

Спрячь, сохрани — дай новую жизнь

Загляни в свое сердце — посмотри свои мысли

Ощути свое тело — начинай изменяться

Выровняй спину — укрепляй свои кости

Очищай свои нервы — забудь о плохом

Перестань верить в чудо — верь только в работу, верь только в себя

Найди себе друга, но лучше трех — упражняйся один, упражняйтесь все четверо

Питайся скромно, но не голодай — думай только о том, что возможно

Не бойся тьмы — радуйся свету

Учись стоять как крепкое дерево — перемещайся как легкий ветер

Попробуй понять один лишь удар — учись обходиться всегда без ударов

Ты защищен, если ты мягок

Ты мягок тогда, когда ты спокоен

Ты спокоен тогда, когда ты силен

Ты силен тогда, когда ты здоров

Ты будешь здоровым, если правильно дышишь

Правильно дышит тот, кто знает

Знает истину тот, у кого есть Дух

Тот, кто это пройдет, станет Учителем

Молитва как средство социальной защиты

А. А. Левшинов. Народный целитель, биоэнерготерапевт, генеральный директор научно-исследовательского холистического центра «Дар».

Э. В. Кузнецов. Доктор юридических наук, профессор, руководитель кафедры теории и истории права и государства Санкт-Петербургского юридического института МВД России.

В. П. Сальников. Академик РАН, доктор юридических наук, профессор, заместитель начальника Санкт-Петербургского юридического института МВД России по научной работе.

А. М. Шушков. Майор милиции СЗУВДТ.

В. С. Плескач. Эксперт по вопросам энергоинформационного обмена в природе.

Ибо где двое или трое собраны во имя Мое,
там Я среди них.

Евангелие от Матфея 18:20

Рост преступности, отмечаемый в экономически развитых странах и в России, определяет необходимость проведения широкомасштабных профилактических мер по предупреждению правонарушений. Наиболее перспективными в профилактике преступных деяний (как с экономической, так и с политической точек зрения) представляются идеи христианства.

Опираясь на многовековой опыт различных религиозных течений, можно указать на целый ряд положительных эффектов духовной практики молитвы. Систематическое применение молитвы вызывает у практикующих улучшение здоровья, снижение уровня беспокойства, возрастание продуктивности в учебе, профессиональной деятельности и т. д.

Нами было проверено воздействие основных положений известной «Нагорной проповеди» Иисуса Христа, прежде всего «не убий» и «не прелюбодействуй».

Во Дворце спорта «Юбилейный», расположенном в центре города, 20, 21 и 22 декабря 1994 года при добровольном участии примерно 200 человек (ежедневно) была проведена коллективная молитва. Оператором энергоинформационного обмена между участниками опыта и жителями Санкт-Петербурга являлся А. А. Левшинов.

В течение этих практик применялся особый вид дыхания до и во время молитвы для активизации подкорковых структур мозга и ретикулярной формации ствола мозга (см. «Вестник международной конференции "Впервые в медицине"», 1994 год). Использовалось воздействие словами, фразами, имеющими глубокое психоэмоциональное значение для современного человека.

Положительные результаты воздействия молитвы подтверждены данными сводки о зарегистрированных, раскрытых и нераскрытых преступлениях в г. Санкт-Петербурге до проведения данного социального эксперимента и после него (в течение недели). Отмечено снижение: а) умышленных убийств на 44%; б) умышленных тяжких телесных повреждений на 31%; в) изнасилований на 100%.

Таким образом, эти первые результаты проведенного эксперимента позволяют надеяться, что духовная практика коллективной молитвы может рассматриваться как один из факторов снижения преступности в регионе и повышения безопасности населения.

Содержание

И. Афонин, В. Травинка
Пусть утенок станет лебедем



Это вторая книга, родившаяся в содружестве народных целителей В. Травинки и И. Афонина. «Наши пути сошлись вместе в поисках радости для тех, кто страждет» — так охарактеризовала этот творческий союз «бабушка» Травинка. Ее доброе слово врачует, несет людям сердечную теплоту и радость.

«Хочешь изменить мир — измени себя» — эту простую истину напоминают нам авторы. Если в семье вашей что-то не складывается, если хвори-болячки одолели — значит, не хватает душе вашей лучших лекарств - любви и радости, недостает гармонии в жизни. Авторы помогут вам найти истоки внутреннего разлада. Только поняв причины наших тревог, страхов, неуверенности в себе и различных комплексов, вы сумеете освободиться от них и вызволить свою внутреннюю силушку для одоления любого недуга.

Объем — 160 стр. Выход в свет — март 1997 г.

А. Левшинов
Соль жизни



В книге народного целителя и астролога Андрея Левшинова, широко известного по бестселлеру «Исправь судьбу свою!», собраны уникальные рецепты исцеления от алкоголизма, ожирения, болезней позвоночника, суставов и других недугов. Теплое, душевное общение автора поможет многим читателям найти свой путь в жизни и сделать ее более прекрасной!..

Объем — 160 стр. Книга поступила в продажу.

В. Коулмен

***Внутренняя сила** (Секреты самоисцеления)*

(перевод с английского)



Автор этой книги, известный английский врач Вернон Коулмен, убежден, что человеческий организм обладает огромной внутренней силой, способной победить практически любую болезнь. Его «философия здоровья» — это образ жизни, где нет места болячкам.

Прочитав эту книгу, вы сможете справляться с недомоганиями, обратившись к своей «внутренней аптеке». Используя секреты самоисцеления, которыми делится автор, вы научитесь успешно противостоять болезням, прислушиваться к самому себе и доверять тайной мудрости человеческого организма.

Объем — 160 стр. Выход в свет — март 1997 г.

А. Штангл

Маятник: от болезни к здоровью

(перевод с немецкого)

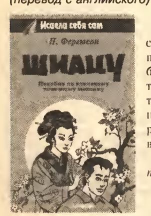


Прочитав эту книгу, вы сможете превратить простейший маятник в незаменимого и доброго помощника, способного творить настоящие чудеса. Маятник определит причину вашего недуга и подскажет как от него избавиться, поможет избежать проблем со здоровьем в будущем. Работая с 30 проверенными таблицами, вы узнаете, какие витамины и минеральные вещества необходимы вашему организму, получите четкое представление о рациональном питании, разовьете свои энергетические центры — чакры, познакомитесь с нетрадиционными методами лечения (например, с цветотерапией!) и... расставите мебель в квартире вне патогенных зон!..

Успешно преодолеть путь от болезни к здоровью вам поможет маятник — «родной брат» гаечки Валентины Травинки!

Объем — 288 стр. Книга поступила в продажу.

П. Фергюсон
Шиацу
(перевод с английского)



Эта книга — практическое руководство по японскому точечному массажу, успешно применяемому для лечения многих болезней. Прочитав ее, вы научитесь противостоять самым разным недугам, а кроме того, получите уникальную возможность приобщиться к древней японской культуре. Не упустите свой шанс обрести здоровье. Ваш шанс — это шиацу!..

Объем — 160 стр. Книга поступила в продажу.

А. Шварц, Р. Швеппе
Рэйки — искусство исцеляющих рук
(перевод с немецкого)



Оказывается, воздействуя на энергетические центры человека — чакры, можно вылечить себя, своих друзей, любимых животных и даже растения на окне!.. Книга, которую вы держите в руках, действительно уникальна. Это первый в России путеводитель по рэйки, древнему искусству исцеления. Прочитав ее, вы научитесь постоянно ощущать в себе присутствие мощной космической энергии, позволяющей исцелять себя и других. Из нее вы узнаете, как открыть рэйки-канал, на какие точки направлять поток энергии и в каких случаях пользоваться древним искусством. Вы познакомитесь с многовековой историей рэйки, откроете для себя различные уровни мастерства и с удовольствием отметите связь рэйки с другими нетрадиционными методами лечения — шиацу, рефлексотерапией, гомеопатией, психоанализом, аромато- и цветотерапией.

Объем — 160 стр. Книга поступила в продажу.

А. Тюрин
Самомассаж



Данное издание представляет собой практическое руководство по самомассажу. Благодаря ему вы сможете самостоятельно освоить технику самомассажа и успешно применять ее для лечения самых разных болезней.

Автор книги — известный в стране специалист по массажу, профессор кафедры спортивной медицины, многолетний руководитель курсов Санкт-Петербургской Государственной Академии физической культуры им. П. Ф. Лесгафта.

Объем — 224 стр. Книга поступила в продажу.

К. Трнавски
Ревматические болезни *(2-е издание)*
(перевод с чешского)



Ревматические болезни относятся к наиболее распространенным в мире заболеваниям. Это целый спектр недугов: ревматизм, ревматоидный артрит, подагра, остеоартроз, болезнь Бехтерева, остеопороз и пр.

В книге, которую вы держите в руках, в доступной форме рассказывается о том, что такое ревматические болезни, отчего они возникают, как их избежать, если это возможно. Для каждого типа заболеваний подробно описываются методика лечения, современные лекарственные препараты, лечебно-гимнастические упражнения. Одна из глав посвящена возможностям альтернативной медицины (акупунктура, лечение биополем, гомеопатия, фитотерапия).

Объем — 192 стр. Книга поступила в продажу.

КНИГИ ВАЛЕНТИНЫ ТРАВИНКИ



Андрей ЛЕВШИНОВ Валентина ТРАВИНКА

ИСПРАВЬ СУДЬБУ СВОЮ!

Авторы этой книги хорошо знакомы тем, кто ценит мудрость народной медицины. Андрей Левшинов — биоэнерготерапевт, астролог, целитель, сумевший соединить опыт народного врачевательства с современными научными достижениями. Валентина Травинка — журналист, автор популярнейших книг «Разыщи в себе радость» и «Тропинка к здоровью». В своей совместной книге они предлагают читателю заглянуть внутрь себя, так как именно там кроются первопричины всех человеческих хворей.

В книге вы найдете простые и доступные рецепты, которые помогут вам восстановить в себе то равновесие, которое положено человеку как частице Вселенной, научитесь с легкостью разбираться в линиях судьбы, что нарисованы на ладони, поближе познакомитесь с Луной и звездами, сможете подключаться к космическим ритмам, которые очистят ваши энергетические каналы и разбудят душу. А молодые читатели ознакомятся с целым перечнем примет и методов, пользуясь которыми не ошибутся в выборе невесты (жениха).

Одним словом, в этой книге вы найдете для тела — способы оздоровления, для души — отдохновение, а для сердца — надежду.

ПИТЕР